

یاسہ میں موجا ہید



# گستاخ کوچنی نہ دین

وہ رکیں نے

ٹاراس عزیزہ دین





ياسه مين موحاھيد

# گولچنى ئەوين

وەرگىرانى

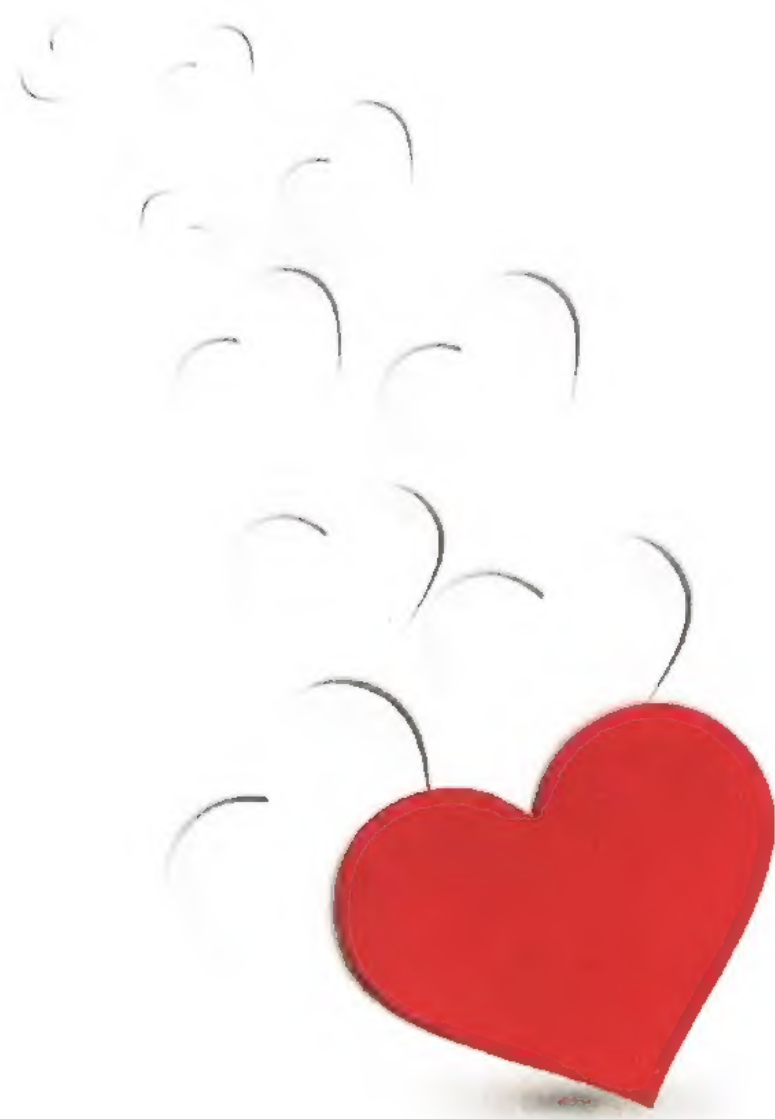
ئاراس عىزەدين



۶۷	بەندى سىيەم: چى دەكەين؟
۸۷	بەندى چوارەم: خۇپاراستن چاكتره له چارەسەكردن
۹۱	بەندى پىنجەم: رەچەتەي لەدەستدانى ئازىزلىك
۹۵	بەندى شەشەم: رەچەتەي دلىكى شكاو
۹۸	بەندى حەوتەم: پەرورەردگار دەتپاريزىت
۱۰۰	بەندى ھەشتەم: كۆتايى

۱۰۲	له ھەرباغىك گوللىك
۱۰۵	لەدايكبوونەو ھە
۱۰۸	چۆن پەرورەردگار بناسين؟
۱۱۲	گومانى باشبردن بە پەرورەردگار
۱۱۵	ھاوسەرگىرى بۆ دۆراوھەكانە
۱۲۰	چىرۆكى ژيانمان
۱۲۶	گرفتى گەنجىم
۱۲۵	دۆزىنەوھى بەھەشت
۱۲۷	تەمەنىكى پر نەھامەتى
۱۲۹	زىيانەكە بەرپۆھىيە
۱۴۱	چاوى دل
۱۴۲	ھەر چركەيەك لەدايكبوونەوھىيەكى نوپپە
۱۴۳	خۆشويستنى كەرەستەكان
۱۴۵	ئىسلام ستەم و دەستدرىژى پەسەند ناكات
۱۴۶	ژيان، مردن و دیدارى كۆتايماں لەگەل پەرورەردگاردا
۱۴۸	ھەمووان رزگاربوون
۱۵۰	بىناونىشان
۱۵۲	رەحمىك بە من بکە ئەي رۆح

له منداڵێکی سێ سالانهوه فێر بووم .....	١٥٧
ئیمرو روژی پاداشت نییه .....	١٥٨
رزگاربوون .....	١٥٩
یادی له دایکبوونم .....	١٦١
داواکردنی پاداشت له بهرامبهڕ خهڵاتهکهدا .....	١٧٠
نهخۆشی ئایدز: تێرمان له خهڵاتهکان .....	١٧١
ژیانهوهی دله مردوووهکان .....	١٧٢
ئهی عاشق .....	١٧٤
زه لکاو .....	١٧٥
مانگی ره مهزان: بارینی بارانی رهحمهت .....	١٧٧
بهردهوامبوون له ههڵگرتهی مهشخهڵی ره مهزان .....	١٨١
ژوانبهستن .....	١٨٦
ئایا گروپی میلشیای هوتاری نوێنهری مهسیحیهتن؟ .....	١٩١
ئهو وانیهی له گولهباخیکهوه فێر بووم .....	١٩٤
ههولدان و رووناکیی کوژتایی تونێلهکه .....	١٩٨
گرنگی نییهت له کار و کردهوهدا .....	٢٠٢
چاوهکان .....	٢٠٣
رهگهزپهرستی .....	٢٠٨
له پێناو زێردا ئەلماسهکهت له دهست مهده .....	٢١٠
ڕێگای نهێنی به رهو بهختهوهری .....	٢١٤
پێنج ههلهی خێزانی .....	٢١٩



## پښتانه ون کړد

د پښتانه ون په ختوهری دواي نائوميدي



تەنیا حاجى

Tanya Haji | تەنیا حاجى

public channel



## Description

بِسْمِ اللَّهِ  
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

♥ چەنالىك تايبەت بە كتيب و بابەتى جياواز ♥

ئەم كتيبە لەلايەن خاتوون "يوسرا عمر"

كراوہ بە ديارى بۇ خوینەران

چەنال

<https://t.me/tanyahaji7>

بۇ راوبۇچون و پسيار بۇ كتيب مەينيرە↓

@tanyahaji22

[t.me/tanyahaji7](https://t.me/tanyahaji7)





خەلکی بە جیاواز پېناسەي بەختەوهری دەکن. دەزانین  
بەختەوهری راستەقینە بەختەوهری دل و پۆخە. چۆن دواي ناومیدی  
بەختەوهری بدۆزینەوہ؟ پاشان چۆن بەختەوهری بنیاد بنیین؟  
خاتوو یاسەمین موحاید بەوہ ناسراوہ کە لەپیی بۆچوون  
و تیرامانە ژیرەکانیەوہ سەرنجی تەواوی بینەرانی و خوینەرانی  
پادەکیشتیت. پروانامەي بەکالۆریۆسی لە بەشی دەروونناسی  
بەدەست هیناوە، پاشان لە زانکۆی ویسکۆنسن مادیسۆن پروانامەي  
ماستەری لە پۆژنامەگەری و پەيوەندیەکان بەدەست هیناوە.  
لە ئیستادا خاتوو یاسەمین موحاید بانگخوازیکی نێودەولەتی  
و نووسەرە، زۆربەي کارەکانی لەبارەي پەرەپێدانی پۆحی و  
کەسییەوہیە. یاسەمین موحاید لە پیی یەکیک لە پرفرۆشتەری  
پەرتووکەکانیەوہ: «دلت بینەوہ: تیرامانی کەسی لەبارەي پزگاربوون  
لە کۆتوبەندەکانی ژیان»-ەوہ زیاتر ناسراوہ.

## پیشہ کی



ژیان کامل و بیخهوش نییہ. هندیك جار دهكهوین و شكست دینین و دهورینین. چون بتوانین له ناومیدییدا ریچكهی رزگار بوون بدوزینه وه و جاریکی دی ژیانیکی بهخته وهرانه و تهن دروستانه بژین؟ هه موو شتیک له م ژینه دا تاقیکردنه وهیه. کاتیک ئه و دووربینانه دهگورین، که ژیانی خو منی لیوه دهبینین، کاردانه وهی ناوه کی و دهره کیمان به چه شنیکی سهیر دهگوریت.

بهخته وهری وه دهست دیت، بی گویدان به و دۆخانه ی له ژیاندا پیندا تینه ریوین. هه ردهم ده توانین بگه ریینه وه لای پهروه ردگار بی گویدان به وهی چهنده له ریی راستی لمان داوه. ده توانین جاریکی دی هه لسینه وه و له پرووی هیز و ئیمان وه گه شه بکهین.

ياسه مين موجهيد





به ندى يه كه م

به لىنى په روه ردگار

سبحان الله كاتيك چاوم به خه لكى زياترى سهرانسهرى جيهان ده كه وىټ، چيروكى زياتر ده بىستم، گوښىستى مملانى و نه هامه تى زياترى خه لكى ده بىم. نه وهى دركم پى كردووه، نه وهيه نه م ژينه هميشه ئاسان و ئاسوده نيه. خه لكى تووشى زور شت دىن، زور ده بىستم. فېربووم نه و شتانه ي له م ژينه دا پيمان ده به خشرين ده كريت سهخت و ناروحت بىن.

وهلى په روه ردگار له قورئاننى پيروزدا به لىنمان ده داتى: په روه ردگار هيچ تاقىكردنه وه و نهركينك ناخاته سهر شانى مروفه كان كه له تواناياندا نه بىټ.

له لايه كه وه ده بىنين شتانيكى زور هن له ژيندا بهرگه ي ده گرېن. همووان چيروكى خويان هيه، له همان كاتدا پيمان ده وټريت په روه ردگار هرگيز بارگرانىيه ك نادات به سهرماندا كه نه توانين بهرگه ي بگرېن.

ماناي چيه نه گهر هردووكى بخهينه لاي يه كه وه؟ واتا به لى، به دلنبايه وه سهختى و ناروحتى هيه، مملانى و تاقىكردنه وه هيه،

له هه مان کاتیدا به لینی پهره ردگارمان هه یه که ئه و ناره حه تی و ململانیانه بو تیکشکاندنمان نین. پهره ردگار هه رگیز ململانی و ناره حه تییه ک ناخاته سه ر باوه رداریک بو ئه وه ی له ناوی بیات و تیکی بشکینیت، به لکو ده یه ویت له و پئییه وه به هیزیان بکات. زور گرنگه له م چه مک و تیروانینه تیگه ین. کاتیک له م تیروانینه تیده گه یه، ته واوی ژیا نه ده گوریت، هه روه ها تیروانینه خوت بو ململانیکان ده گوریت. چون لیکدانه وه بو ئه و شتانه ده که یه که له ژیا نه ده بو ت دینه پئش؟ چون پئناسه ی پهره ردگار ده که یه که له ژیا نه ده؟ کاتیک ئه و تیروانینه ده گوریت، ژینیشته ده گوریت. پئویسته به دل له مه تیگه یه، نه ک ته نها بییستی، یاخود بیخوینیتیه وه. مه به ستمه به ته واوی ئه م راستیه له ناخ و پوحتدا جیگیر بکه یه، که پهره ردگار هه رگیز تاقیکردنه وه و ململانییه کت تووش ناکات به مه به سته له ناو بردن و تیکشکانته. پهره ردگار هه میشه له زانایی خویه وه مه به سته یی باشتر و بالاتری هه یه.

وتمان له م ژیا نه ده ململانی و تاقیکردنه وه مان بو دینه پئش، هه ندیکیان زور قورس و ناره حه تن. ئه گه ر ئه و چیرۆک و به سه ره اتانه تان بو بگێرمه وه که ده یانزانم، هه موویان سه خت و دژوارن. له هه مان کاتدا پهره ردگار به لینی داوه هه رگیز شتانیک نه خاته سه ر شانمان، توانای هه لگرتنیمان نه بیت. پئویسته. پئش ئه وه ی باس له به خته وه ری دوا ی نا ئومیدی بکه ین، تیروانینمان له باره ی ململانی و سه ختییه کانی ژیا نه وه بگورین.

به ندى دووهم



## سهرنج مه خه ره سهر خۆت

یه کێک له خراپترین و ژههراووترین شتهكان كه ئه نجامی دهدهین، بریتییه له وهی ململانییهك و تاقیکردنه وهیهکی پهروهردگار و نارهحهتییهکی ژيانمان وهكو خراپترین شتی پهروهردگار بهدی بکهین و لێکی بدهینهوه. وا گومان بکهین بههۆی ئه وه وهیه پهروهردگار رقی لیمانه و خوشی ناوین، یاخود لیمان توورپیه. ئه مه هۆکاره که ی ئه وهیه تیروانینیکی نه رینیانهیه له باره ی پهروهردگاره وه. رهنگه ئیستا بلێت چی ده بێت ئه گهر خۆم شایسته ی ئه وه بم؟ یاخود هه له یه کم ئه نجام دابیت و شایسته بم؟ رهنگه بههۆی ئه وه وه بیت پهروهردگار زۆر لیم توورپیه. دهزانیت چی ده لیم؟ سهرنج مه خه ره سهر خۆت. وتهیهکی نامۆ و سهیر دیاره. سهرنج دهخه یته سهر ئه و شته ی ئه نجامت داوه و خراپت کردووه، رهنگه ئه وه راست بیت. چی ده بێت ئه گهر ئا راسته ی سهرنجت گۆپی و سهرنجت خسته سهر پهحم و بهزهیی پهروهردگار؟ له کوتاییدا به لێ، هه له ت کردووه و هه مووان هه له ده کهن، ئایا دهزانیت گرفته که له کویدا به؟ کاتیک هه له یه ک ده کهین، سهرنج دهخه ینه سهر خۆمان، ئه و هه له یه ی کردوومانه، خالی لاوازیمان و هه له کانمان. کاتیک سهرنجت



ده خه ټه سهر نه وه، هه له يه کي گوره تر ده که ټ.

بايا ده را بټ کي ده يه وټ سهرنج بخه ټه سهر خالي لاوازي خوت، شه يتان. يه کيک له و هوکارانه ي شه يتان ده يگریته بهر بریتييه له وه ي سهرنج و بير و هوشته بخه ټه سهر خاله لاواز و خراپه کانت. کاتيک شه يتان وات لي ده کات سهرنجت بخه ټه سهر هه له و که موکورتييه کانت، ده تخاته نيو ناو ميدييه وه.

هه موومان هه له ده که ين. نه گهر که سينک سهرنج بخاته سهر هه له کاني، لاوازيه کاني و ته نانهت تاوانه کاني، چي رووده دات؟ ناو ميدي و هيو ابراو ده بټت. بويه نه مه يه کيکه له نامرازه کاني شه يتان و بهر ده وام بيره ينانه وه ي نه و هه لانه ي کردو و تن.

من ليره دا باسي په شيماننیه کي ته ندروست ناکه م. پيوسته له جياوازيه که تينگه ين. باس له وه ناکه م که به لي باوه رددار کاتيک هه له يه ک ده کات و تاواننک نه نجام ده دات، پيوسته هه ست به په شيماني بکات. باسي نه وه ده که م بهر ده وام سهرنجت له سهر يان بيت و دل و مينشکت داگير بکه ن. چه شني نه وه يه هه له يه ک بکه ټ و بهر ده وام ته ماشاي بکه ټه وه له خيال و هزرتدا و بهر ده وام بيت. بهر ده وام بيرت ده خريته وه به م شيويه بوويت و نه و دت نه نجام داوه. نه و تيزوانينه نه رينيانه ي بو خوتت هه يه، به هوي شه يتانه وه يه. شه يتان ده يه وټ سهرنجت ته نها له سهر لاوازي خوت بيت، نه ک به هيزي په روه ردگار. نه مه ش زور جياوازه. راستييه که نه وه يه من لاوازم و په روه ردگار به هيزه. من هه له و که موکورتييم زوره و په روه ردگار کامل و بيخه وشه. توانا و ده سه لاتم سنوورداره، توانا و ده سه لاتي په روه ردگار بينسنووره. سهرنجم بخه مه سهر کاميان؟ نه گهر سهرنجم بخه مه سهر خوم. سهرنج ده خه مه سهر هه له و لاوازي و سنووردارييه که م. شه يتاننیش نه مه ي ده وټت. به مه ش ده که وينه ناو ميدييه وه.

تەنھا بىر لەو شتانه دەكەيتەو، ئەنجامت داون، ئەو شتانهى لە رابردوودا ئازاريان داويت، لەدەستت داون، ئەو شتانهى لە خوتدا هەن و هەست دەكەيت باش نين و ئەو هەلانهى كردووتن. ئەم هاوكتىشەيەم بينيو. بەردەوام دووبارە دەبیتەو. مەبەستى ئەمە بریتییه لە ناو میدکردنت. ئەمە ئامانجى شەیتانە تاكو ناو میدت بکات، بەهوى بیرھێنانەوھى هەلەكانتەو و بەردەوام سەرنج خستە سەريان. بەم کارە ڕەنگە بىر بکەيتەو و بلنیت من چەشنى مسولمانىكى باشم، چونکە هەست بە گوناھ و تاوان دەکەم، هەست بە شەرمەزارى دەکەم، هەلەم کرد، بەلام بزانه ئەمە تەنھا تەلەيەك و فریودانى خوتە. بە زۆر سەرنج خستە سەر لاوازیى هەلە و تاوانەكانت، سەرنج خستە سەر پەروەردگار و ڕەحم و بەزەيى پەروەردگارت لەدەست دەدەیت. ئایا ئەو ڕوونە؟ ئەو فریودانىكى شاراوەيه.

چۆن دەتوانين هاوسەنگیەكە بدوزینهو؟ پەروەردگار و پەيامبەرمان موخەممەد(ﷺ)، فێریان کردووين هاوسەنگى بپاريزين. مرقوئين و هەلە دەکەين، دەخزين، دەکەوين و خالى لاوازيان هەيه، کاتیک ئەمە ڕوودەدات پنیوستە چى بکەين؟

رێسایەك هەيه بۆ ئەوھى پنیوستە لەو ساتەدا چى بکەين. هەلەيەك دەکەيت، هەست بە پەشیمانی دەکەيت و راستگويانە تۆبە دەکەيت و بەردەوام دەبیت لە زيان. زۆر سەرنج مەخەرە سەر هەلە و تاوانەكانت. ئەگەر تووشى چەقبەستوویى بیت، شەیتان دەبیاتەو. لە هەلە و تاوانەكانتدا تووشى چەقبەستوویى دەبیت. بۆ کوی ڕویشتی؟ ئەگەر لە هەلەكانى خوتدا چەقبەستوو بوویت، بەرەو ناو میدیت دەبات. ئەوھى تووشى ناو میدى و هیوا براوى بیت، هەنگاو بۆ نزیکبوونەو لە پەروەردگار نانیت. ناو میدى توانا و وزەى نزیکبوونەو لە پەروەردگارى مەزن لەناو دەبات.

به ندی سییه م

هیوا



کاتیک که سیک ده که ویتته نا ئومیدیه وه، ته نانهت هیز و توانای  
توبه کردنی نامینیت، چونکه له باره ی خویه وه زور هه ست به خراپی  
دهکات و دهیه ویت واز بهیتیت.

توبه کردن پیوستی به هیوا و ئومیده. هیوا و ئومید به  
لیخوشبوون و پهحمی ئیلاهی. ئه گهر هیوا و ئومیدت نه بوو،  
هیچ هاندهر و پالنه ریکت نابیت بو توبه کردن. ئه مهش ئه و شته یه  
شهیتان دهیه ویت و مه به ستیتی. چه شنی بیرکردنه وه یه کی به رده وامه،  
بیرکردنه وه له هه موو هه له یه ک که ئه نجامت داوه، ئازاری داویت  
و بیرکردنه وه له هه موو شتیکی ئازار به خش که له رابردو و تدا  
پرویداوه. به رده وام دووباره ده بیتته وه، بوچی؟ بو ئه وه ی تیکت  
بشکینیت و بتخاته نا ئومیدیه وه.

چون له مه رزگارت ده بیت؟ یه که م، پیوسته له و شته تینگه یین  
که ده بیتته هو ی نا ئومیدیمان. نا ئومیدی رو و ده دات کاتیک سه رنج  
ده خه یته سه ر خوت و شتانی دی، نه ک په روهر دگار. جا سه رنج  
خسته سه ر هه له کانت، یا خود تاوانه کانی رابردو و بیت، ده بیتته



## گولجنى ئەوين

هۆي كەوتنە ناو ئائومىدىيەو. گرنگ نىيە چەندە تاوان و ھەلەت كىرەيت، مېھىر و پەھمى پەرۋەردىگار زۆر لەو ھەلەتتە.

تەننەت ئەگەر ھەلە و تاوانەكانى ھەموو مەۋقەكانى سەر زەوى لە سەرھەتاي دروستىۋونى گەردۋونەو ھەلە تاكو كۈتايى كۈ بىكەيتەو، ھېشتا مېھىر و پەھمى پەرۋەردىگار فراوانترە و زىاتترە. پىۋىستە ئىمە سەرنىجان لەسەر ئەم خالە بىت، ھەلى فەرامۇشى دىكەين و بەم شىۋەيە دىكەينە ئائومىدىيەو.

كاتىك ھەلەيەك دىكەيت، چارەسەرى بىكە و ھەموو ھەلى خۇت بىدە بۇ چارەكردنى. ئالېم ھىچ گرنگى پى مەدە و لە ژيان بەردەوام بە. دىلېم ئەو ھى پىۋىستە ئەنجامى بىدە تاكو چارەسەرى بىكەيت. ھەر ھەكۈ لە پەيامبەرى نازدارەو (ﷺ) فېر بووين چەند مەرجىك ھەن بۇ ئەو ھى تۈبەيەكى نصوح بىكەين.

يەكېك لە مەرجەكان بىرىتىيە لەو ھى ھەست بە پەشىمانى بىكەيت، ئەمەش جودايە لە شەرمەزارى و ئائومىدى. واتا ھەست بە پەشىمانى بىكەم، چونكە ھەلەيەكەم كىرەو، ياخۇد تاوانىكەم ئەنجام داو. دووھم، واز لە ئەنجامدانى ئەو تاوان و كىرەو ھى بەيىت. سىيەم، نىيەتتىكى پاك و راستگويانەت ھەيىت لەو ھى نەگەپىتەو سەر ئەو كىرەو خراپە. ئەمانە ئەو كارانەيە پىۋىستە ئەنجامى بىدەيت و بىگىرەتە بەر. مەرجى چوارەم پەيۋەستە بەو ھى ئايا ئەو ھەلەيە ھى ئەنجامت داو، مافى كىنى پىشىل كىرەو؟ پاشان ھەل بىدەيت لەگەل ئەو كەسەدا راستى بىكەيتەو و گەردىنازادى لى بىكەيت.

ئەم چوار پىگەيە بگرە بەر، پاشان بەردەوام بە لە ژيان و ھىوا و ئومىدت ھەيىت. ھىوا و ئومىدت ھەيىت پەرۋەردىگار لىت خۇش بوو، شەيتان دىتە لات و دىلېت پەرۋەردىگار لىت خۇش نەبوو و ھېشتا توۋرەيە لىت. ھەر كاتىك سەختى و نارەھەتتىكە لە ژياندا

سوت بته پيش، شهيتار ودهسوهست بو دروست دهكات و دهليت.  
بههوى نهو هله و تاوانهوه بووه كه نهجامت داوه، پهروهردگار  
هيشتا توورهيه ليت و بهو هويهوه سزات دهكات. دهتوانم پيت بليم  
بوچى نهم تيروانينه هلهيه؟

دهمهويت گومان له شينوازي بيركردنهوهت بكهيت. ريگهيهكي  
باوى بيركردنهوه هيه زور گوبيستي بووم كاتيك كهسيك  
تاوانيك، ياخود هلهيهكي كهوره دهكات، هست به خراپي دهكات  
و هوليكي زور دهكات بو توبهكردن و دهستخستني ليخوشبووني  
نيلاهي ردنگه داواي ليخوشبوون له هموو نهو كهسانه بكات كه  
نازاري داون، هوليكي زور دهكات بو چاككردنهوهي پهيوهندي  
لهگل پهروهردگار و كهساني ديكه دا، دواتر له ژيانيدا تووشي  
چند مللاني و نارعهتبيهك ديت.

نايا نهو كهسه چون بير دهكاتوه؟ شهيتان چي پي دهليت و  
دهسوهسي چي بو دروست دهكات؟ نهم مللاني و نارعهتبيه  
بههوى هله و تاوانهكهتهويه. نارعهتبيهكه به سزا ليك دهكاتوه.  
نايا بوچي نهم ليكدانهويه هله و نا لوژيكيه؟ شتيكي گرنگ لهو  
نيوهنده دا روويداوه، نهویش توبه و پهشيمانيه.

نهرك و گرنگي توبه و پهشيماني چيه؟ چي دهزاني لهبارهي  
نهرك و گرنگي توبه و پهشيماني له ناييني ئيسلامدا؟ چي له تاوان  
و گوناوهكانمان دهكات؟ دهيانسريتهوه. نهگه توبه و پهشيمانيت  
كردووه، تاوانهكانت له نامهي كردهوهكانتدا لاي پهروهردگار  
سراونهتهوه. پهروهردگار (التواب)، (العفو)، (الرحمن) و (الرحيم)  
ه. پهروهردگار ليوورده، ليخوشبوو و بهبهزهيه. تاوانهكانت  
دهسريتهوه.

چون دەكرىت ململانى و سەختىيەكە بەھوى تاوانىكەۋە بىت، لە  
كاتىكدا قەلەمى لىخوشبوونى بەسەردا دراۋە؟ ئايا ئىستا تىگەشتىت  
بوچى ئەو بوچوون و لىكدانەۋەيە نالورژىكىيە؟ ھەموو ئەمانە فىل  
و تەلەكەي شەيتانن. ئەرك و رولى چىيە؟ ھەر كاتىك دەكەۋىتە  
دوخىكى نارەھەتەۋە لە ژياندا، تووشى ئائومىدى دەبىت بەھوى  
ئەم ھەلە بىرکردنەۋەيەۋە. لەبرى ئەۋەي ھىۋا و ئومىدت بەۋە  
ھەبىت پەرۋەردگار لىت خۇش بوۋە و ھەر نارەھەتتەك لە ژياندا  
بۆت دىتە پىش بۆ سزادان و تىكشكاندنت نىيە، بەلكوو لەبەر سوود  
و بەرژەۋەندى خۆتە. بە ھەر ھۈيەك بىت بەھىزت دەكات، خاۋىنت  
دەكاتەۋە، فىرت دەكات و رېنمويت دەكات، ھەمىشە خىر و چاكەي  
خۆتى تىدايە.



به ندی چوارهم

شیوازه کانی بیرکردنه وه

چه ندین شیوازی جیاوازی بیرکردنه وه هه ن. بیرکردنه وه ی ناو میدانه و بیرکردنه وه ی گومانباشی به پهروهردگار «حسن الظن بئله». له ساتی نارچه تیدا بوونی گومانی باش به پهروهردگار شتیکی باشه. «ئه م ململانی و نارچه تییه م تووش ده بیت، چونکه پهروهردگار به هیزم ده کات و رهنگه له شتیکی دی بمپاریزیت.» «رهنگه ئه و شته م ده ست نه که وتبیت که ویستم له سه ری بووه، نه ک له بهر ئه وه ی سزا ده دریم به هوی هه له و تاوانیکمه وه که پیشتر توبه و په شیمانیم ده بریوه و تاوانه که م سراوه ته وه، رهنگه ئه و شته م ده ست نه که وتبیت، چونکه پهروهردگار ویستوو یه تی له شتیک بمپاریزیت»، یاخود «رهنگه پهروهردگار شتیکی باشتی بۆ ئاماده کردیم».

ئه مانه نموونه ی گومانی باشن به پهروهردگار. بیرکردنه وه یه کی ئه رینیانه ن له باره ی زاتی مه زنیه وه. گوپینی بیرکردنه وه ت له نه رینییه وه بۆ ئه رینی و هه میشه بوونی، لیکدانه وه یه کی ئه رینیانه یه. ته نانه ت کاتیک هیچ بیرۆکه یه کت نییه له وه ی چی شتیکی ئه رینی بوونی هه یه له و بووداو و بابه ته دا، وه لی هیشتا ئه رینیانه بیر ده که یته وه.

بیر له په یامبه ر موسا (ﷺ) بکهره وه. کاتیک له نزیك دهریاکه دا وهستا، سوپایه ک له دوايه وه بوو و کهوتبووه نیو ته له وه. هیچ ریه کی رزگار بوون و دهر بازبوونی نه بوو. فیرعه ون و داروده سته که ی له دوايه وه بوون. فیرعه ون درنده ترین و زالمترین که سی سهر زهوی بوو. موسا (ﷺ) و قهومه که ی کهوتنه نیو دؤخیکی سهخته وه. بزانه له و ساته دا بیرکردنه وه ی په یامبه ر موسا (ﷺ) و پاشان قهومه که ی چون بوو. بهنی ئیسرائیل بیرکردنه وه یه کی نه رینیا نه یان هه بوو، هه موویان نائومید بوون.

ئایا هرگیز به دؤخیکی له و چه شنه دا تپه ریویت؟ له دؤخیکا بیت و بلیت: «ملکه چ ده بم و ده ست هه لده گرم.» «هیچ ریه ک بو دهر بازبوون و رزگار بوون نییه.» «بیسووده.» «ئه سته مه.» «هرگیز دؤخه که باشتر نابیت.» یاخود «شته کان هرگیز ناگورین.» ئه مه نائومیدییه. ئایا هیچ کام له مانه ئاشنان بو ت؟ هه موومان ساتی لاوازیمان هیه، کاتیک به م چه شنه بیر ده کهینه وه، هه موومان ده که وینه نائومیدییه وه. په یامبه ر موسا (ﷺ) له دؤخیکا بوو، دهر بازبوونی ته واو ئه سته م بوو. بهنی ئیسرائیل به م چه شنه بیران کرده وه «ته واو ده سته سهر کراین.» وه لی په یامبه ر موسا (ﷺ) بیرکردنه وه یه کی ئه رینیا نه ی هه بوو له باره ی په روه ردگاریه وه و فره مووی: «نه خیر، له راستیدا په روه ردگار له که لمدایه و هر خوی رزگارم ده کات.» به لی، ئه وه بیرکردنه وه ی په یامبه ر موسا (ﷺ) بوو.

ئایا ده زانیت ئه م وته یه چهنده به هیز و به پیزه؟ چون توانی له و دؤخه رزگاری بیت؟ بروات وایه هرگیز له وه تیگه یشتبیت چون رزگاری ده بیت؟ ته ماشای باوه ر و متمانه که ی بکه به په روه ردگاری مه زن. ته ماشای بیرکردنه وه ئه رینییه که ی بکه و بزانه چی پروویدا.

پهروهردگار له ریی شهفکردنی ناوی ده‌ریاکه‌وه، رزگاریی پی به‌خشی.

پیش هه‌موو شتیک په‌یام‌به‌ر موسا (ع) ده‌بوو هه‌ندیک شت بکات. یه‌که‌م، له‌دل و ده‌روونیه‌وه باوهر و بیرکردنه‌وه یه‌کی ئه‌رینی هه‌موو له‌بارهی په‌روهردگاریه‌وه. ته‌وه‌کولی به‌په‌روهردگاری بوو و هیچ گومانیک له‌دلیدا بوونی نه‌بوو. یه‌که‌مین شت روحی و ناوه‌کی بوو. دووه‌مین شت، گرته‌به‌ری ږینگه‌یه‌ک بوو.

ئه‌مه دووه‌مین شته، پیویسته ئه‌نجامی بده‌ین. ئه‌م به‌سه‌ره‌اته ته‌نها بو چیژ و خوشی نییه، وه‌لی په‌ند و عیبره‌ته بو هه‌مووان. کاتیک له‌دوخیکی ئه‌سته‌مدا خومان ده‌دوژینه‌وه، پیویسته چی بکه‌ین؟ یه‌که‌مین شت په‌روهردگار داوامان لی ده‌کات، په‌یوه‌سته به‌دل و ده‌روون و ناخمانه‌وه. نابیت بیرکردنه‌وه‌ی ئه‌رینیمان له‌بارهی په‌روهردگاره‌وه هه‌بیت، به‌لکوو ته‌نها بیرکردنه‌وه‌ی ئه‌رینیمان هه‌بیت به‌زاتی مه‌زنی. په‌روهردگار هه‌میشه پلانی بومان هه‌یه و بو خیر و چاکه‌ی خومانه. په‌روهردگار له‌پشتمانه.

به‌شی دووه‌م، کاریکه پیویسته له‌دیوی ده‌ره‌وه‌دا ئه‌نجامی بده‌ین. ئه‌مه‌یش به‌سته‌نه‌وه‌ی وشتره‌که‌یه. هه‌ندیک جار پیویسته شتانی‌ک بکه‌ین بو گوږینی بارودوخمان. دوخی ناوه‌وه و ده‌ره‌وه‌یشمان هه‌یه. کاتیک له‌دوخیکی دژواردایت و به‌ره‌و ناویمیدیت ده‌بات، کاتیک به‌خرابی مامه‌له‌ت له‌گه‌لدا ده‌کریت، جا له‌ماله‌وه بیت، یاخود له‌سه‌ر کار، کاریکی ناوه‌کی هه‌یه پیویسته ئه‌نجامی بده‌ین، ئه‌ویش بریتییه له‌گومانی باشبردن به‌په‌روهردگار. مه‌که‌وه نیو دوخی ناویمیدییه‌وه، مه‌لی په‌روهردگار جینی هیشتووم، یاخود لیم تووره‌یه، یاخود بلیی: «هیوا‌براو ده‌بم.» هه‌میشه هیوا و ئومیدت به‌په‌روهردگارت هه‌بیت و گومانی باشت پنی هه‌بیت.



به شیوه‌یه‌کی دهره‌کیش پیویسته شتانیک نه‌نجام بده‌یت. په‌یامبه‌رمان موحه‌ممه‌د(ﷺ)، فیری کردووین «وشره‌که‌ت ببه‌سته‌ره‌وه و پاشان متمانه و ته‌وه‌کولت به‌په‌روه‌ردگار بیت.» جاریکیان پیاویک وشره‌که‌ی نه‌به‌ستبووه‌وه و په‌یامبه‌ری نازدار پرسپاری هوکاره‌که‌ی لی کرد، نه‌ویش وه‌لامی دایه‌وه، «چونکه متمانه و ته‌وه‌کولم به‌په‌روه‌ردگارم هه‌یه.» پاشان په‌یامبه‌ر(ﷺ)، نه‌م وانه‌یه‌ی فیر کرد. وشره‌که‌ت ببه‌سته‌ره‌وه و متمانه و ته‌وه‌کولت به‌په‌روه‌ردگار بیت. هه‌ردووکی پیکه‌وه نه‌نجام بده.

کاتیک له‌ناخه‌وه گومانی باش به‌په‌روه‌ردگار ده‌به‌ین و ریکاره ناوه‌کییه‌کان نه‌نجام ده‌ده‌ین، ناکه‌وینه نیو ناو‌می‌دییه‌وه و به‌شیوه‌یه‌کی نه‌رینیانه لینی ناروانین. هه‌روه‌ها پیویسته نه‌م کاره ناوه‌کییه به‌کاری دهره‌کییه‌وه په‌یوه‌ست بکه‌ین، که به‌سته‌نه‌وه‌ی وشره‌که‌یه.

په‌یامبه‌رمان(ﷺ)، فهرمووی: «یارمه‌تی براه‌ت بده نه‌گه‌ر سته‌مکار بوو، یاخود سته‌ملیکراو.» یه‌کیک له‌هاوه‌لان فهرمووی: «ده‌زانین چون یارمه‌تی بده‌ین نه‌گه‌ر سته‌ملیکراو بوو، به‌لام چون یارمه‌تی بده‌ین، نه‌گه‌ر سته‌مکار بوو؟» په‌یامبه‌ر(ﷺ)، فهرمووی: «له‌رینی وه‌ستاندن و رینگریکردنی له‌نه‌نجامدانی سته‌م.» پیویسته دژی سته‌م بوه‌ستینه‌وه، جا به‌رامبه‌ر خوت، مندالت، خیزانت، یاخود که‌سانی دی له‌ولاتانی دی بکریت. پیویسته له‌وانه بین سته‌م له‌ناو ده‌به‌ن. رینگه به‌سته‌م نه‌ده‌ین و به‌رامبه‌ر سته‌م بیده‌نگ نه‌بین. په‌یامبه‌ر موحه‌ممه‌د(ﷺ)، فهرمووی: «نه‌گه‌ر خراپه‌یه‌کتان بینی، هه‌ول بده‌ن به‌ده‌سته‌کانی خوتان بیگوپن. نه‌گه‌ر نه‌تانتوانی، به‌زمان بیگوپن. نه‌گه‌ر نه‌وه‌شتان نه‌توانی، له‌دل و ده‌روونه‌وه رقتان لینی بیت. نه‌مه‌ش لاوازترین ئاستی باوه‌ر و ئیمانیه.» واته به‌شیکی باوه‌ر و ئیمانمان بریتییه له‌کارکردن دژی نادادپه‌روه‌ری.

کاتیک په یامبه‌ر موسا (ﷺ) له و دوخه دابوو، له ناخه وه گومانی باشی به په‌روه‌ردگاری هه‌بوو، هه‌روه‌ها ده‌بوو کاری ده‌ره‌کی نه‌نجام بدات. په‌روه‌ردگار پتی فهرموو: دار عه‌ساکه‌ی هه‌لگریټ و به ده‌ریاکه‌یدا بکیشیت. نه‌ویش هه‌مان کاری نه‌نجام دا.

خالیکی دی هه‌یه پیویسته ئاماژه‌ی پی بده‌ین، نه‌ویش «سمیعنا و اطعنا- گویست بوون و ملکه‌چبوونه» هه‌ندیک جار خه‌لکی مناقه‌شه‌ی یاساکان و فهرمایشته‌کانی په‌روه‌ردگار ده‌که‌ن، چونکه وا هه‌ست ده‌که‌ن زور زیره‌ک و به‌توانان. «به‌رای من نه‌وه هیچ مانایه‌کی نییه.» تو کیت؟ له په‌روه‌ردگار زانتریت؟ له په‌یامبه‌ری نازدار (ﷺ)، باشت و زیاتر ده‌زانیت؟ نه‌گه‌ر نه‌مه شتیکه پرسپاری ده‌که‌یت، چونکه ده‌ته‌ویت تیگه‌یت، یاخود پروونکردنه‌وه‌ت ده‌ویت، نه‌وه کاریکی باشه. هه‌مووی په‌یوه‌سته به‌ویست و نیه‌تی خوته‌وه، وه‌لی ئیمه‌ باس له‌وه ناکه‌ین. باس له‌که‌سیک ده‌که‌ین به‌راستی مناقه‌شه‌ی فهرمایشت و فهرمانه‌کانی ئیلاهی ده‌کات. نه‌مه‌ش جودایه له پرسین به‌مه‌به‌ستی تیگه‌یشتن.

په‌یامبه‌ر موسا (ﷺ) پی و ترا دار عه‌سایه‌کی گه‌وره هه‌لگریټ و به ده‌ریاکه‌ی بکیشیت. ره‌نگه‌که‌سیک بلیت حکمه‌ت له‌م کاره‌دا چییه؟ به‌لام ته‌ماشای په‌یامبه‌ر موسا (ﷺ) بکه، راسته‌وخو نه‌و کاره‌ده‌کات. گوی له‌فهرمانی ئیلاهی ده‌بیت و راسته‌وخو ملکه‌چی ده‌بیت و به‌گویی ده‌کات. نه‌وه گوی‌رایه‌لی و ملکه‌چبوونه. نه‌وه مانای بوونه به‌نده‌یه‌کی گوی‌رایه‌لی په‌روه‌ردگار.

خه‌لکی ده‌پرسن «بوچی حجاب ده‌پوشیت؟» ملیونان هوکار هه‌ن بو نه‌و کاره. خاکیبوون، تاکو خه‌لکی بزائن مسولمانین و نه‌توانن وه‌کو شمه‌ک لیمان پروانن. نه‌مانه هه‌موویان هوکاری گه‌وره و گرنگن. تو حجاب ده‌پوشیت، چونکه په‌روه‌ردگار فهرمانی

کردووه. بىرۈا بىكە ئەگەر ھۆكارى دى بلىيت، خەلكانى دى مناقەشەت دەكەن. خاكىبوون لە ولاتىكەوہ بۆ ولاتىكى دى دەگۆرپىت. خاكىبوون پەنجا سال پىش ئىستا جىاواز بووہ لە ئىمرۆ.

”بۆچى بەپۆژوو دەبىت؟“ «بەپۆژوو دەبىم تاكو ھەست بە ھالى ھەژاران و نەداران بىكەم.» نەخىر، بەپۆژوو دەبىت، چونكە فەرمانى ئىلاھىيە. چونكە كەسىك دىت و دەلىت: «تەنھا لە رىي نەخواردنەوہى ئاوەوہ، ھەست بە ھالى ھەژاران و نەداران دەكەم.» خالىكى زۆر گرنگە ئەوہى ئەنجامى دەدەين لەبەر فەرمانى ئىلاھى بىت. ئەوہ بەشىكە لە بوونە بەندەى پەرۋەردگار. گوئىيىستى فەرمانى ئىلاھى دەبين و جىبەجىي دەكەين.

پەرۋەردگار بە پەيامبەر موسا(ﷺ)ى فەرموو و ئەوئىش ملكەچ بوو. بزائە چى پوویدا. پەرۋەردگار دەرياكەى بە پووئاندا كردهوہ. لە ئەستەمترىن دۆخدا رىگای رىزگارى پى بەخشىن. ئەوہ پووئەدات كاتىك پەرسىشى ناوہكى ئەنجام دەدەيت و متمانە و تەوہكولى تەواوہتيت بە پەرۋەردگار تە. بىر كەردنەوہىكى ئەرىتيت ھەبىت و لە رەحم و بەزەيى پەرۋەردگار ناوئىد نەبىت. ھەرۋەھا پەرسىشى دەرەكى برىتتيە لە گرئەبەرى رىككار و كارىك.

ناتوانىن بە تەواوى جەخت لەمە بىكەينەوہ. ماوہىەكى زۆر لە دۆخى خراپ و دژواردا دەمىتئەوہ. دادەنىشىن و دەترسىيىن كارىك بىكەين و بىدەنگ دەبين. خەلكىم بىنيوہ دەيەھا سالىان لە دۆخى سەخت و دژواردا بەسەر بردووه، تەنھا دانىشتوون، چونكە نەيانوئىستووہ كارىك بىكەن. دەترسن و رىگە بە خۆيان دەدەن بەردەوام بن لەوہى بچەوسىترئەوہ و بە خراپە مامەلەيان لەگەلدا بىرئىت، تەنھا لەبەر ئەوہى نايانەوئىت ھەنگاوئىك بنين و كارىك بىكەن بۆ بەرەوپىشبردنى بارودۆخيان.

پیویسته لهو که سانه بین ههنگاو به ره و پیش بنیین. کاریکی بویرانه و جهر به زانه ئه نجام بدهین و متمانه مان به پهروه ردگار بیت. ئه م ریسایه ناوه کی و دهره کییه.

هه ندیکجار نائومی دی به هوی ئه نجامه دانی ئه و کاره پیویستانه وهیه که پیویستن بیانگرینه بهر. ئه نجامه دانی کاری پیویست ده بیته هوی ئه وهی له ناخی خوته وه گومانته له پهروه ردگار و هه موو شتیک هه بیت. وه لی گرفته که له وه دایه ئه و کاره ئه نجام نادهیت که گرنگ و پیویسته. ئه وهش ده بیته هوی نائومی دی و هیوا بر اوی.

چون له و دۆخه دا رزگار بین؟ پیویسته شیوازی بیرکردنه وهت بگوریت له گهل ئه و شیوازه ی ده یگریته بهر.





به خته وهري چييه؟ چۆن پيڻاسه ي به خته وهري ده كه يت؟  
 خه لكى به شيوه ي جياواز پيڻاسه ي به خته وهري ده كه ن. ده زانين  
 به خته وهري راسته قينه بريتييه له به خته وهري دلان. مهرج نييه  
 به خته وهري چيژي جه سته يي بيت. كه سانك هه ن سه روه ت و  
 ساماني زوريان هه يه، هيژ و ده سه لاتي زوريان هه يه، وه لي هيشتا  
 خه مبارن و له ژيانياندا به خته وهري به دي ناكه ن.  
 كه ساني ناودار و به ناوبانگ هه بوون خو كوژيان كردووه يا خود  
 به هوي زور به كارهيڤاني ده رمانه وه مردوون، چونكه به خته وهري  
 په يوه ست نييه به وه ي چهنده پاره له نه ژماري بانكيتدا هه يه.  
 به خته وهري هه ستيكي ناوه كييه.

چۆن دواي ناو ميدي و هيو ابراوي، به خته وهري ناوه كي  
 بدوزينه وه؟ زور گرنگه تيڭه ين بوچي ناو ميدي رووده دات؟ دواتر  
 بزاني چۆن به خته وهري دروست بكه ين؟  
 به خته وهري يه كگرتني دوو شته: يه كه م، شيوازي بير كردنه وه.  
 دووه م، شيوازي مامه له كردن و كار كردن.

دەروونناسان بۇيان دەرکەوتوۋە مەرۋف بە جۈرىك لە بەختەۋەرىي فېترييەۋە لەدايىك دەبن، واتا لەو خالەۋە بەردەۋام دەبىت، بەختەۋەرى بۇماۋەيە. بۇ ھەندىك كەس ئەم رېژەى بەختەۋەرىيە زۆرە و بۇ ھەندىكى دى كەم. لەگەل ئەۋەشدا دەروونناسان دەلېن تەنھا ۴۰٪نى بەختەۋەرى مەرۋف پەيۋەستە بەم خالى بىنەرەتەۋە. بە واتايەكى دى دەتوانىن بلىين: «بەم چەشنەين كە ھەين.» ھەۋالە خوشەكەى پەيۋەستە بە نيۋەكەى دى بەختەۋەرىيەۋە ئەۋەيە تەۋاۋ لەژىر دەسەلاتى خۇتدايە. لە كۇتايىدا دەروونناسان دەلېن نزيكەى ۴۰٪نى بەختەۋەرى پەيۋەستە بەو خالە بىنەرەتەى ۋەكو بۇماۋەيى بەدەستى دەھىت. ۱۰٪نى پەيۋەستە بە پىداۋىستىيە سەرەككىيەكانى ژيان و ۵۰٪نى بە تەۋاۋى پەيۋەستە بە دەسەلات و ويستى خۇتەۋە.

لەو ۵۰٪يەى بەختەۋەرى، پەيۋەستە بە چۇنيەتى بىرکردنەۋە و رەفتار و كارکردنتەۋە. نەك تەنھا پەيۋەست بىت بەو شتانەى لە ژياندا پروودەدەن، بەلكو پەيۋەستە بەۋەى چۇن كاردانەۋەت بۇ شتەكان دەبىت. واتا بەندە بەۋەى چۇن كەسىك بىر دەكاتەۋە و رەفتار دەكات.

چۇن شىۋازى بىرکردنەۋەمان بگۇرپن تاكو بەختەۋەرىمان زىاد بكەين؟ ئەمەش بۋارىكە دەروونناسان لىكۇلېنەۋەى لەسەر دەكەن. تويژىنەۋەيەكى زۇريان ئەنجام داۋە لەسەر بىرکردنەۋە و چۇنيەتى كارىگەرىكدنە سەر بەختەۋەرىمان. يەكىك لەو شتانەى بۇيان دەرکەوتوۋە برىتييە لەۋەى خەلكى شتىكىان ھەيە پىنى دەوترىت شىۋازى زىھنى بىرکردنەۋە. ئەو شىۋاز و رېگايانەى جىھانى پى لىك دەدەيتەۋە، بىر لەو شتانە دەكەيتەۋە لە جىھاندا پروودەدەن و پىتناسەى دەكەيت.

ئه وهی دهروونناسان بویان ده رکه وتوو هه وهیه شیوازی بیرکردنه وهی ئه رینیانه و نه رینیانه هه. یه کیک له نه رینیترین شیوازی بیرکردنه وه، بریتییه له ناوه کی جیگیری گشتگیر.

### ناوه کی

کاتیک شتیکی نه رینیانه روو ده دات، چون لیکدانه وهی بو ده کهیت؟  
ئه گهر که سیک شیوازی بیرکردنه وهی ناوه کی جیگیری گشتگیری هه بیت، ئه و شته خراپه ده کاته ناوه کی و به شیک له خوی. ده لیت: «به هوی منه وه بووه.» «هه له ی من بوو.» «له بهر ئه وهیه من که سیک خراپم.» «من زور باش نیم.» هه شتیکی خراپ روو بدات ده یکاته به شیک له خوی و سه رزه نشتی خوی ده کات. لومه کردنی خوت. ئه مه شیوازیکی بیرکردنه وهیه.

که سی خاوه ن بیرکردنه وهی ده ره کی جیگیری گشتگیر ده لیت: «ئه وه له ده ره وهی ده سه لاتی منه.» لومه و سه رزه نشتی خوی ناکات و په نگه بلیت به هوی بارودوخه که وهیه.

### جیگیر

کاتیک شتیکی خراپ روو ده دات، چون بیر ده کهیته وه؟ ئایا وا بیر ده کهیته وه هه میشه خراپ ده بیت، یا خود ئه وه کاتییه؟ ئه وه جیاوازی نیوان شیوازی بیرکردنه وهی جیگیر و ناجیگیره.

کاتیک بیر ده کهیته وه دوخه که هه میشه به خراپی ده مینیته وه، ئه وه بیرکردنه وهیه کی خراپ و ژهه راوییه. چی شتیک سه رنجراکیشه له م شیوازی بیرکردنه وهیه دا؟ ئه وهیه کاتیک بیرکردنه وهی په یامبه ری نازدار (ﷺ)، ده خوینیته وه. یه کیک له نزاکان زور دلگیره لام، چونکه بروام وایه پوخته ی بیرکردنه وهی باوه رداران ده رده خات، ئه ویش



نزاکه‌ی په‌یام‌بهر ئه‌یوبه (ﷺ).

په‌یام‌بهر ئه‌یووب (ﷺ) تووشی نار‌ه‌حه‌تی له‌ دوای نار‌ه‌حه‌تی بوو. تووشی نه‌خوشی بوو، سه‌روه‌ت و سامانه‌که‌ی و خیزانه‌که‌ی له‌ده‌ست دا. دوای چه‌ندین سال له‌م نار‌ه‌حه‌تی و نه‌هامه‌تیانه به‌م شیوازی نزا‌یه هانای بو په‌روه‌ردگار برد: تووشی نار‌ه‌حه‌تی و نه‌هامه‌تی بووم، تویش به‌خشنده‌ترین و میهره‌بان‌ترینی.

ئهم به‌ش‌ه‌ی نزا‌که بو زانی‌ی نار‌ه‌حه‌تییه‌که‌یه. ده‌بینیت په‌یام‌بهر ئه‌یووب (ﷺ) له‌ به‌رده‌م په‌روه‌ردگاردا هیچ خۆی نه‌تواند. هه‌ندیک جار هه‌ول ده‌ده‌ین له‌ ر‌یی ک‌پ‌کردن و س‌ر‌کردنی هه‌سته‌کانمانه‌وه، به‌ه‌یز بین. نامانه‌و‌یت هه‌ست به‌ ئازار ب‌که‌ین، بۆیه‌ و‌ا خۆمان ده‌رده‌خه‌ین هه‌موو شت‌یک باش ب‌یت. په‌یام‌بهر ئه‌یووب (ﷺ) و‌ا خۆی ده‌رنه‌خست، وه‌لی به‌ په‌روه‌ردگاری فه‌رموو ئه‌و دۆخ‌ه‌ی ت‌ی‌دایه‌ گه‌ل‌یک سه‌خت و دژواره. ئ‌ی‌ستا با سه‌رنج له‌ به‌شی دووه‌می نزا‌که‌ی په‌یام‌بهر ئه‌یووب (ﷺ) ب‌ده‌ین. ئه‌وه‌ی ج‌یی سه‌رنجه‌ له‌و ساته‌ی نزا‌که‌ی ت‌ی‌دا کرد له‌ تاوه‌راستی نه‌هامه‌تی و نار‌ه‌حه‌تییه‌که‌دا بوو، وه‌لی ه‌ی‌شتا هیوا و ئوم‌ید له‌ده‌ست نادات. ت‌ی‌ده‌گه‌یت چی ئه‌نجام دا؟ ئه‌و متمان‌ه و ته‌وه‌کولی به‌ په‌روه‌ردگاری هه‌بوو، هه‌ستی به‌ نار‌ه‌حه‌تییه‌که‌ی ده‌کرد و له‌ هه‌مان ساتدا تووشی نا‌ئوم‌یدی نه‌بوو.

په‌یام‌بهر ئه‌یووب (ﷺ) نافه‌رمو‌یت: «دۆخم هه‌میشه خراپ ده‌ب‌یت و ده‌ست هه‌له‌گرم.» ئه‌و ه‌ی‌شتا هیوا و ئوم‌یدی به‌ ره‌حم و به‌زه‌یی په‌روه‌ردگار هه‌یه. ئه‌وه دۆخی باوه‌ردار و کار‌دانه‌وه‌ی باوه‌رداره له‌ ساتی نار‌ه‌حه‌ت‌یدا. در‌ک‌کردنه به‌وه‌ی هه‌رچه‌ند ئ‌ی‌ستا‌که له‌ تاریکی ته‌نگانه‌دان، هه‌تاوه‌که جار‌یکی د‌یکه ده‌دره‌وش‌یت‌ه‌وه. که‌س‌یک به‌ نه‌ر‌ینی ب‌یر ب‌کاته‌وه ده‌ل‌یت ئ‌ی‌ستا‌که تاریک و ته‌نگه و هه‌میشه به‌و چه‌شنه ده‌مین‌یت‌ه‌وه. هه‌تاوه‌که جار‌یکی د‌یکه به‌رز ناب‌یت‌ه‌وه و نا‌دره‌وش‌یت‌ه‌وه.

نېيه. كه سېك بېر كړدنه وهى نه رېنى هه بېت، وا ده زانېت هه موو شته كان خراپن.

له قورئانى پېرؤزدا رېنسا يه ك هه يه «له گهل هه موو نار هه تېيه كدا، ئاسانى و ئاسووده يى دېت.» له هه ر دؤخېكدا بېت هه موو شته كان خراپ نېن. له گهل يه ك نار هه تېدا په روه ردگار چه ندين ئاسانكاريت پى ده به خشيت، له هه مان كاتدا نه ك دواى نار هه تېيه كه.

شېوازى بېر كړدنه وه مان شېوازى كاردانه وه مان ده گورېت. ئه وهى ده رووناسان بؤيان ئاشكرا بوو برېتېيه له وهى شېوازى بېر كړدنه وهى ناوه كى جېگېرى گشتگير په يوه ندى به خه موكى و نېگه رانېيه وه هه يه. ئه وانه ئه گهرى زياتريان هه يه بكه ونه خه موكى و نېگه رانېيه وه. سبحان الله، ئه وه شېوازى بېر كړدنه وه مانه. گورېنى شېوازى بېر كړدنه وه مان، كاريكه رېيه كى كه ورهى له سه ر گورېنى كاردانه وه مان و بارى هه ست و سؤزمان هه يه.



به ندی شه شه م

میوانیکت هه یه

چی شتیکی دیکه مان بو ئاشکرا بوو له باره ی گورپینی شیوازی بیرکردنه وه مانه وه، که په یوه ندی هه بیئت به به خته وه رییه وه؟ چهند خوویه کی زیهنی دیاریکراو هه ن ده بنه هوی له ناوبردنی به خته وه ریمان. یه کییک له و خوانه بریتییه له دروستکردن و بانگهیشتکردن و هه ستکردن به بیرکردنه وه ی نه ریینی.

هه موو ساتیک چه ندین بیرکردنه وه ی جیاواز هه ن له ده رگای میشکمان ده دن. ده مه ویت چه شنی میوانیک له م بیرکردنه وانه بروانیت که له به رده م ده رگا که ت وه ستابیت و له ده رگا بدات. وا دابنی که سییک له ده رگای ماله که ت ده دات، له کونی ده رگا که وه ته ماشا ده که یت و ده بینیت دراوسییکه ته هه ندیک خواردن و گولی به ده سته وه یه. ئایا ده رگا که ی به پروودا ده که یته وه یاخود نا؟ ئه گه ری زۆره ده رگا که ی لی بکه یته وه.

ئه ی چی ده بیئت گویت له ته قه ی ده رگا که بیت، ته ماشا بکه یت و ببینیت پیاویکه به تفهنگیک، یاخود چه قویه که وه وه ستاوه، ئایا ده رگا که به پروویدا ده که یته وه، یاخود نا؟ هیوادارین ده رگا که نه که یته وه.



زوريكمان چي دهكەين؟ دهبينين پياويك به تفهنگ، ياخود چه قويه كه وه له بهردهم دهركاي ماله كه ماندا وهستاوه، دهركاكي لي دهكهينه وه و دهليين: «فهرموو وهره ژوره وه. چايهك بخوره وه و ههنديك گوشتي برژاو بخو».

ئه م كاره دهكهين له گهه بيركردنه وه نه رينيه كانمان. بيركردنه وه ي نه ريني هاوشينه وه ئه و پياوهن كه له بهردهم دهركاكا دا وهستاوه و چه كيك به دهستيه وه يه تي. ئه و دهيه ويته ئازارمان بدات. له وي نيه بو ئه وه ي گول، خواردن، ياخود مژده يه كي خوشت بداتي. له وييه تاكو ماله كهت ويران بكات و له ناوت ببات. ئيمهش مو له تي ته واوي ده دهيني بيته ژوره وه.

كاتيك بيركردنه وه يه كي نه رينيت هيه و له دهركاي ميشكت ديدات. چي دهكهيت؟ ئايا دهركاي بو دهكهيت وه؟ ياخود به داخراوي دههيليته وه؟ كاتيك بيركردنه وه يه كي نه رينيت هيه له دهركاي ميشكت ديدات، بو نمونه قسه كردني نه رينيه له باره ي خوته وه، چي دهكهين له باره ي ئه م بيركردنه وانه وه؟ دههيليين بيته ميشكمان وه، خواردن و شويني مانه وه يان بو دابين دهكهين.

كاتيك بيركردنه وه يه كي نه رينيت هيه له دهركاي ميشكت ديدات، رهنگه شتيكي نه ريني بيت له باره ي كه سيكي ديكه وه، چي دهكهيت؟ ئايا ريگري لي دهكهيت؟ ياخود دههيلييت بيته ژوره وه؟ دههيلييت بيته ژوره وه و خواردني دهدهيتي. پيشبيني بكه دواتر چي پرووديدات؟ گه شه دهكات. ديوه زمه كان كاتيك خواردنيان دهدهيتي، گه شه دهكهين. ترس بيركردنه وه يه كي ديكه ي نه رينيه له دهركاي ميشكمان ديدات. زور له م بيركردنه وه يه مان هيه، چي دهبيت ئه گه ر ئه مه و ئه وه پرووبدهن؟ سه ره تا ترسه كه ديوه زمه يه كي بچووكه. پاشان خواردني دهدهيتي و دهبيت دهيه كي گه وه. بير له

هه موو ئه و شته ترسناكانه ده كه يته وه كه رهنگه رووبدهن.  
بو نموونه، نيگه رانييه كان. ئه و شتانه ي لبيان ده ترسين. سيناريوى  
«چى ده بيت نه گهر...» چى ده بيت نه گهر ئه مه و ئه وه رووبدات؟  
پاشان له ميشكى خوماندا جىي ديلين وه كو ئه وه ي پيشتر رووى  
دابيت. ليدانى دلت زياد دهكات، هه ناسه دانت دهگورپيت، جهسته  
كاردانه وه ي بيركردنه وه ته. ئه مه وه كو ريدانى دزيكه بيته ژووره وه  
به تفهنگه وه و ماله كهت وييران بكات.

به م چه شنه خومان له ناو ده به ين. ئاگادار نين له باره ي ئه وه ي  
ريگه مان به كى داوه بيته په ناگه ي ميشكمانه وه. ميشك و دلت  
په ناگه ن چه شنى ماله كهت. ناهيليت هه موو كه سيك بيته ناويه وه.  
دهمه ويت درك به وه بكه يت ده سه لاتت به سه ر بيركردنه وه تدا  
هه يه. راسته ناتوانيت ديارى بكه يت كى له ده رگا كهت بدات، وه لى  
ده سه لاتت هه يه به سه ر ئه وه ي ده رگا به رووى كي دا ده كه يته وه.  
پرسىاريك رهنگه كه سيك پرسيت پنيوسته چى بكه م نه گهر  
شتيك هه بوو لىي بترسيم؟ ئه وه شتيكى سروشتيه بترسين. شتيكى  
سروشتى و ئاساييه شتانيك هه بن لىي بترسين. چى بكه م نه گهر  
ترس له به رده م ده رگا كه مدا بوو؟ كام ريگه گونجاوه بو مامه له كردن  
له گه ليدا؟

ئه و ريسا باش و گونجاوه ي بوم ئاشكرا بووه كاتيك ده ترسين  
بريتيه له: نزاى ئه و شته بكه لىي ده ترسيت. ده رگا كه مه كه ره وه.  
ده رگا كه دابخه. مه هيله چه ته كه به م هه موو چهك و تفهنگه وه، بيته  
ژووره وه، له برى ئه وه ده رگا كه دابخه و نزاكهت بكه.

كه واته يه كه مين ههنگاو بريتيه له وه ي نزا بكه يت له و شته ي لىي  
ده ترسيت. ده ترسيت ئه وه رووبدات، نزا بكه «ئه ي پهروه ردار،  
بمپاريزه له م شته ي رووده ات.» «پهروه ردارم، بمپاريزه له

رووداني ئهم شته. « هندیك جار رهنگه ئهو ترسه خرابیته دلته وه تاكو هانت بدات ئهو نزایه بکهیت و بهوی ئهو نزایه وه پاریزراو بیت. کهواته چهشنیک له پاراستنی خوته.

ههنگاوی دووهم بریتییه له وهی له خوت بپرسیت: ئایا هیچ ریککار و کاریک هیه بیگره بهر، یاخود پیویست بیت ئه نجامی بدهم، تاكو خوم و کهسانی دی له ترسه بپاریزم؟ ئه گهر وه لامه که بهلی بیت و ئهو کاره حه لال و پیتیدراو بیت، ئه واهه نجامی بده. داوی ئه وهی ههردوو ههنگاوه کهت گرت بهر. ده رگا که مه که ره وه. راسته دواتر و جاریکی دی له ده رگا ده داته وه، وهلی تویش هه مان ئهو ههنگاوانه بگره وه بهر.

ده زانیت چی به سه ر ئهو ترسه دا دیت؟ ترس پیشتەر ئامرازیک بوو شهیتان دژی تو به کاری دهینا. یه کییک له ئامرازه کانی شهیتان بریتییه له هیشتنه وهت له نا ئومیدی و ترسدا، چونکه وه کو زنجیری و ان به ملمانه وه، ناهیلن له پهروه ردگار نزیك ببینه وه و ژیا نیکی شایسته تر بژین. ئه گهر ئهم دوو ههنگاوه بگرینه بهر، ترس ده بیته ئامرازیک بو نزیک بوونه وه له پهروه ردگار. کاتییک له شتییک ده ترسیت، ئهو نزایه ده کهیت و داوی یارمه تی له پهروه ردگار ده کهیت. ئه گهر ده رگا که بکه یته وه و خواردن بده یته ترس، ترسه که ده بیته شتییک و له ناوت ده بات، پاشان شهیتان دژت به کاری دینیته وه، چونکه ئهو خالی لاوازی تویه.



به ندی جه و ته م

به ئاگابوون

یه کیک له و شتانه ی له رییه وه ده توانیت گومانباشی به پهروه ردگار دروست بکهیت، بریتییه له شوینگرته وهی بیرکردنه وه نه ریئییه کان به بیرکردنه وه نه ریئییه کان. ئه ی چی له باره ی شیوازی پهفتار و کاردانه وه مان؟ ده توانین چی شتانیک بکهین له پهفتاره کانماندا تاکو به خته وه ریمان زیاد بکهین؟

کاتیک سه رنج له توژیینه وهی دهروونناسان ده دهیت له باره ی به خته وه رییه وه نه جام دراوون، چهند شتیکی گرنگیان دوزیه وه کار ده که نه سه ر به خته وه ری، یه کیک له وانه بریتییه له به ئاگابوون. به ئاگابوون وهک ئاماده گی لیک ده ده نه وه و پروونی ده که نه وه. بۆچی ئه مه جیی سه رنجه؟ بۆ نمونه کاتیک بیر له زیکره کان، یاخود خشوع له نویژه کاند ده که یته وه، ئه وه به ئاگابوونه. واته ئاماده گی و هه ستردن به نزیک پهروه ردگار نهک بیرکردنه وه له شتانیکی دی. خشوع چیه؟ کاتیک نویژه ده که یت، خشوع واته ئاماده گی و سه رنج دانت له سه ر نویژه کهت، نهک بیرکردنه وه له وهی سبه ی بۆ کوئ برۆیت، ئه و چیشته ی له سه ر ئاگره که داتناوه، یاخود ئه وهی



لە تۈرە كۈمەلەيەتتە كاندا بىلاوت كىرگۈتەۋە. ئەو ئامادەگىيە بىرىتتە  
 لە بەئەگابوون. بەلام جۈرىكى بالاترى ئامادەگىيە، چۈنكى نەك  
 تەنھا ئامادەي خوارىنىت، بەلكو ئامادەي لەگەل پەروەردگار تەدا.  
 بەم چەشەنە كارىگەرى ئەمە زۆر زىاتىر دەپىت. لە تويۇنەۋە كانىاندا  
 بۇيان دەرگەۋت ئامادەبوونت لە ھەموو شىتەكدا بەختەۋەرىت  
 زىاد ناكات. ئىستەخەيالىكە لەگەل پەروەردگار و زىكر و يادى  
 پەروەردگار دايەت، ئاگادار و بەئەگەيت لەگەل قورئانى پىرۇزدا، ئەۋە  
 چەندە بەپىز و مانابەخش دەپىت؟ دەرگەيت ئاگادارى ھەناسەدانت  
 بىت و بەختەۋەرىت زىاد بىكات.

بەندى ھەشتەم



## سوپاسگوزارى

ئايا چى دىكەيان لە توڭژىنە ۋە كاندا دۆزىۋەتەۋە؟ بۇيان  
دەركەۋتۈۋە سوپاسگوزارى كاريگەرىيەكى زۆر بەھىزى ھەيە  
لەسەر زىادكردنى بەختەۋەرى.

لە راستىدا توڭژىنە ۋە ھەيە دەرى دەخات بوونى لىستىكى سى  
بۇ پىنج شت كە پۇژانە سوپاسگوزارى بۇيان رېگايەكى كاريگەرە  
بۇ زىادكردنى بەختەۋەرى، تەنات چارەسەر كەرى خەمۇكى و  
نیشانەكانى خەمۇكىيە. بۇچى بەم شىۋەيە؟ چونكە دەپتە ھۆى  
گۇرپنى سەرنجت لەسەر ئەو شتانەى نىتە بۇ ئەو شتانەى ھەتە.  
سەرنجت لەسەر ھەر شتىك بىت، زىاد دەكات و گەشە دەسەنىت.  
پەرۋەردگار لە قورئانى پىرۇزدا رېسايەكمان لەبارەى  
سوپاسگوزارىيەۋە فىر دەكات. پىمان دەفەرموۋىت ئەگەر  
سوپاسگوزار بىن، بەخشش و نىعمەتەكانمان زىاد دەكات. ئەگەر  
دەتەۋىت بەخششەكانت زىاد بكەن، سوپاسگوزار بە بۇ ئەو شتانەى  
ھەتە. ئەۋە رېسايەكى گرنگە. ئەم رېسايە كار لەسەر خەلكىش  
دەكات. كاريگەرترىن رېگا بۇ دەسكەۋتنى شتىك لە كەسىك برىتىيە

له دهربريني سوپاسگوزاري بو ئه و كارهي ئه نجامي داوه. ئه گهر سوپاسي كه سيك نه كه يت و شته كه به مولكي خوت بزانيت، خيراترين ريگه يه بو له دهستداني ئه و كه سه. ههروهها خيراترين ريگه يه بو ساردكردنه وه ي كه سيك له ئه نجامداني كار و چاكه يه ك بوت.

كاتيك سوپاسگوزاريت بو ئه و خه لات و نيعمه تانه ي پهروهردگار پتي به خشيوي، پهروهردگار ئه و خه لاتانه ت بو دهپاريژيت و زياتريان دهكات.

كاتيك باس له شيوازي بيركردنه وه مان دهكهن، سهرنجمان زوره. ئه مهش په يوهسته به چه مكي سوپاسگوزارييه وه. ويته يه ك هه يه دوو مندا ل پيشان ده دات. له به شي سهره وه ي ويته كه منداليكي بچووك هه يه پارچه كيكي هه لگرتووه و له خو شيدا خه نده ي كردووه. له به شي خواره وه ي ويته كه دا منداليكي تر هه يه كيكي گه وري به دهسته وه يه، وه لي پارچه يه كي بچووكي لي كراوه ته وه. بويه منداله كه هه ست به دلته نكي و خه مباري دهكات. بو چي مندالي يه كه ميان به خته وهر و دلخوشه، وه لي منداله كه ي دي دلته نگه؟ به كورتي و پوختي ئه و منداله ي دلخوشه كيكي كه متری پييه، به لام سهرنجي له سهر ئه وه يه كه هه يه تي، بويه به كه يف و گوشاده. به پيچه وانه وه منداله كه ي دي سهرنجي له سهر ئه و شته يه كه ديار نييه، بويه دلته نگ و خه مباره. كاتيك سهرنج ده خه يته سهر به خششه كان، زياد دهكهن و هه ست به دهوله مهندي و شادي دهكيت. كاتيك سهرنج ده خه يته سهر ئه و شته ي له ژياندا بووني نييه، ئه و شتانه ي نيته زور دهبن. هه ست دهكيت هه ژاريت. رهنگه زوريشته هه بيت، وه لي هيشتا له ناخه وه هه ست به هه ژاري و نه داري دهكيت.

بەندى نۆيەم

## چارەسەرکەرى گرفتان



گرفتىكى دىكە ھەيە كاتىك دىتە سەر سەرنجدان لە كىشە و  
گرفتەكانت. كەسانىك ھەن لە ھەر دۆخىكدا بىت سەرنج دەخەنە سەر  
گرفتەكە. لە ھەر دۆخىكدا بىت سەرنج دەدەن «گرفتەكە چىيە؟» بۆ  
مەبەستى خراپ نىيە. بۆچى؟ چونكە چارەسەرکەرى گرفتانم.  
كاتىك چارەسەرکەرى گرفتانى، ئەو سەرنج و تاييەتمەندى  
خۆتە. كەواتە ھەمىشە سەرنج لەسەر چى دەبىت؟ گرفتەكان.  
كەسانىك ھەن خالى بەھىزيان برىتييە لە چارەسەرکردنى كىشە و  
گرفت. ماشاء اللہ، بەلام ئەو بەردەوام نىگەرەن و پەريشانىان دەكات،  
بۆچى؟ چونكە ھەمىشە كىشە و گرفت ھەن لە ھەموو شوئىنىكدا. ھىچ  
كاتىك بى كىشە و گرفت نابىت. بۆيە ئەو بەردەوام سەرنجى لەسەر  
كىشە و گرفتەكانە، ھەمىشە نىگەرەن و پەريشانن. بەئاگابوون لە ياد  
بکە. ھەمىشە سەرنج و بىرت لەسەر گرفتەكانە. تاكە شتىك بگۆرپىت  
برىتييە لە گۆرانی كىشە و گرفتەكە. شىوازی گرفتەكە دەگۆرپىت، وەلى  
ھەردەم گرفت ھەيە سەرنج و فكري خۆتى پىو سەرقال بکەيت،  
چونكە سەرنج لەسەر گرفتەكانە، ئەو شىوازی بىرکردنەو ھى تۆيە.



پەرتوۋىكىك ھەيە بە ناۋىشانى «پىاۋان لە مەريخەۋە ھاتوون، ئافرەتانىش لە فېنۇسەۋە.» بە پىي ئەم پەرتوۋىكە كاتىك ئافرەتتىك سكاللا لەبارەيى گىرەتەكانىيەۋە دەكات، مەبەستى لەۋەيە ھاۋسۆزى و ھاۋخەمى بۇ دەربرىت نەك چارەسەرى بۇ بدۆزىتەۋە. پاشان پىاۋەكە كىلاۋى مستەر فېكس ئىت دەپۆشىت و چارەسەرى خۆي دەخاتە روو.

ئىمەيش چەشنى ئافرەتان ئەۋە دەكەين. دەمانەۋىت گىرەتەكان چارەسەر بگەين، لە كۆتايىدا تەۋاۋى بىر كىردنەۋە و ژيانمان بە ھەلگىرتنى ئەم گىرەتەۋە بەسەر دەبەين، پاشان رىزگار بوون لىي نارىھەت و سەخت دەبىت. سەختە بخەۋىت و پشوو بدەيت. بەردەۋام گىرەتەكە لە ھىز و خەيالتدا دىت و دەچىت. پاشان ھەۋل دەدەين چارەسەر بدۆزىنەۋە. گىرەتەكە لىرەدايە زۆر خۆت پەرىشان و شەكەت و ماندوو دەكەيت، ھىچ چارەسەرىك دەستىناكەۋىت. چارەسەر بە خەيالى من و تۆدا نايەت. راستە پىۋىستە ھەۋلى خۆمان بدەين، ۋەلى كاتىك پىشت بە خۆمان دەبەستىن بۇ چارەسەر كىردنى گىرەتەكە، گىرەتەكە چارەسەر نابىت.

لا حول ولا قوۋة إلا باللہ. ئەۋە حەقىقەتەكەيە. ھىچ شىت كىك ناگورپىت و ھىچ ھىز و دەسەلاتىك نىيە جگە لە زاتى مەزنى پەرۋەردگار. ئايا دەزانىت ئەۋە ماناي چىيە؟ ماناي ئەۋەيە گىرەتەكە چارەسەر ناكەيت. پەرۋەردگار چارەسەرى دەكات. پىشت بە خۆت مەبەستە لە چارەسەر كىردنى ھەموو گىرەتەكەدا. گىرەتەكە لەۋەدايە نەك ئەۋەي تەنھا چارەسەرى گىرەتە خۆت بگەيت، ۋەلى ۋىستە ھەيە چارەسەرى گىرەتە ھەموۋان بگەيت. چۆن ئەم ھەموو فشار و پەستانە دەخەيتە سەر خۆت؟ ئەۋە بۇ تۆ نىيە ھەلىبگىرىت و لە ھىز و تواناي تۆدا نىيە.

ھەندىك چار دەست بەسەر ترسەكاندا دەگرين. تەنھا دەمانەويت  
ھەموو شتەكانى ژيانمان كۆنترۆل بكەين. پيوستە ئەو ھە ياد بكەين.  
ئەو كەسەى واير دەكاتەو دەتوانيت چارەسەرى ھەموو لايەنەكانى  
ژيانى بكات بەردەوام نىگەرانى و پەريشانى زورى دەبيت. ئەم دوو  
لايەنەش پىكەو پەيوەستن. دەزانيت بۇچى واىھ؟ چونكە ئەركىك  
لە ئەستۆ دەگریت كە لە توانا و دەسەلاتى تۆدا نىيە. دەسەلاتت بە  
سەريدا نىيە و واز لەو بىر كۆردنەو ھەيە بھىنە. تۆ ئەو كەسە نيت تواناى  
تەواو ھەيت ھەبيت بۇ چارەسەركردنى ھەموو گرتەكانى خۆت،  
خىزان، ھاوړيان، ھەموو كەسىكى جىھان. بگەرەو ھە بۇ لا حول  
ولا قوۋە إلا باللە و دەتوانيت دووبارە بخەويتەو.

تىگەيشتنى خۆت بگۆرە لەبارەى ئەو ھەى چارەسەرەكە لە  
كۆيو ھە چاوە دەگریت و شتەكان لە كۆيو ھە چارەسەر دەكرين.  
چارەسەركردنى گرت بەو ھە ناييت تەواوى شەو بەئاگا بيت و بىرى  
لى بكەيتەو. پەنگە بلييت ئەى چى لەبارەى ئەركى سەرشانى  
خۆمەو؟ ھەكو پيشتر ئاماژەمان پى دا، ئەگەر ترست ھەبيت، نزا  
بكە و پرسىار لە خۆت بكە ئەو كارانە چىن پيوستە ئەنجاميان  
بدهيت. ئەو كارانە ئەنجام بدە و چىدى ھىندە بىرى لى مەكەرەو.  
لە بىرى بكە. تۆ بەرپرس نيت. تەنھا شتىك پەرەردگار داوامان  
لى دەكات ئەو ھەيە وشترەكەمان بىستىنەو و پاشان تەو كۆلمان بە  
پەرەردگارمان ھەبيت. بە گشتى وشترەكەمان نابەستىنەو، بەلكو  
دەخنىكىن.

كاتىك شتەكان لە ياد ناكەين، بەردەوام بىرى لى دەكەينەو.  
ئەو ھەش ناتەندروستە. دواتر چى پروودەدات؟ ھىچ شتىك ناگۆریت.  
تەنھا ئازارى خۆت دەدەيت و خۆت ماندوو و شەكەت دەكەيت. لە  
كۆتاييدا ھەمان ئەنجامى دەبيت.

ھەندىك جار نازانىن چۆن واز لە خەيال تەكانمان بەئىن. كارەكەى خۆت ئەنجام دا، وشترەكەت بەستەو و تەو وەكولت بە پەرەردگار تەبوو. ئەو لە ياد كەردن و فەرامۆش كەردنى گەرفتە كەيە.

لا حول ولا قوۋە إلا باللە، ژيان ت دەگۆرەيت. وشترەكەت دەبەستەتەو، وەلى بەرپرسىار نيت. خۆت چارەسەرى ناكەيت. تەنەت دووبارە كەردنەو وەى لا حول ولا قوۋە إلا باللە، زۆر بە ھىز و موعجىزە ئاسايە. وەكو يادخەرەو وەيەك ھەول بەدە بە ئاگا بيت لەو وەى دەيلىت. لە راستىدا ھىچ شتىك ناگۆرەيت و ھىچ ھىز و دەسەلاتىك نىيە جگە لە پەرەردگار. ئەو لە دەسەلاتى تۇدا نىيە و تۆ ھۆكارى گۆرانەكە نيت.

لا حول ولا قوۋە إلا باللە، دووبارە بکەرەو و لە ناخەو و باو ەرت پىنى ھەيىت. كارىگەر يىيەكى زۆرى دەيىت، نەك تەنھا لە پرووى دەروونى و بەختەو ەرىتەو، وەلى لەسەر بارودۇخەكەيش. لا حول ولا قوۋە إلا باللە، چارەسەرى گەرفتە ئەستەمەكان دەكات بە شىئو وەيەكى موعجىزە ئاسا. لە راستىدا لە شۆينانىك دەرگا بە پرووتدا دەكاتەو و خۆت ھەرگىز او ھەرگىز پىشبينىت نەدەكرد.



به کيکي دى له و هوکارانهى بهخته وهرى زياد دهکات، دواى به ئاگابوون و سوپاسگوزارى، بریتييه له خزمه تکرډنى کهسانى دى. خزمه تى کهسانى دى بکهيت و به خشنده بيت.

پاره بهخته وهرى ناهينيت. نه وه و ته يه کي هه له يه. پاره بهخته وهرى دينيت کاتنيک له کهسانى دیکه دا خه رجي ده کهيت. تويژينه وه کان ده ريانخستووه نه وانهى پاره له کهسانى دیکه دا خه رج ده کهن، بهخته وهرى يان زياد دهکات. وه لى کاتنيک پاره که له خوياندا خه رج ده کهن هه مان کار يگه رى ناييت له سه ريان.

تويژينه وه يه کيان نه نجام دا، چهنده که سيکيان هينا به سه ر چوار گرووپدا دابه شيان کړدن، به گرووپيکيان و ترا هاوکارى و يارمه تى که سيکي دیکه بدن به ته نها. به گرووپى دووهم و ترا يارمه تى و هاوکارى کهسانى دیکه بدن له سه ر ئاستى کومه لگادا. به گرووپى سييه م و ترا خوشى و شادى له کاتى خويان وه رگرن. گرووپى چوارهم به رده وام بوون له کارى پوژانهى خويان. له تويژينه وه که دا



چییان بو ده‌رکه‌وت؟ به هیچ جوریک به‌خته‌وه‌رییه‌که‌یان زیادی  
نه‌کرد جگه له گرووپی یه‌که‌م و دووهم که خزمه‌تی که‌سانی  
دیکه‌یان ده‌کرد. پاره‌خه‌رج‌کردن له خۆیاندا به‌خته‌وه‌رت‌ری نه‌کرد.  
خزمه‌ت‌کردنی که‌سانی دیکه یه‌کیکه له رینگا به‌هیز و کاریکه‌ره‌کانی  
زیاد‌کردنی به‌خته‌وه‌ریمان، سبحان الله.

بەندى يازدەيەم

## زىكر و يادى پەروەردگار

يەكك لە ھۆكارەكانى ئازارچەشتىمان تەواو سادە و ساكارە. ئەگەر كەسك بىر وات بۇ لاي پزىشك و سكاللا بكات «تەواو ھەست بە ماندوويى و بىھيزى دەكەم. ھەموو ئەم گرفتانەم ھەيە...» پزىشكەكە بۆى دەردەكەويت پىژەى ئوكسىجىنى ئەم كەسە زور نزمە. يەكەمىن شت پزىشكەكە دەلئىت: «ئەمە ھۆكارەكەيە. پىويستت بە ئوكسىجىنى زياترە. پىژەى ئوكسىجىنى جەستەت زور كەمە.» پىويستمان بەم ھۆكارە ھەيە تاكو پزگار بىين. ئوكسىجىن پىويستى سەرەكى ئىمەيە.

لە پرووى رۇحييەو ھە ئوكسىجىن برىتىيە لە زىكر و يادى پەروەردگار. نوئىژ، ئەگەر كەسك نوئىژ نەكات، بە رىكوپىكى نوئىژ نەكات، ياخود زىكر و يادى پەروەردگار نەكات لە ژيانىدا، ھەك ئەو ھەناسە نەدات. بەم چەشنە ئازار دەچىژىن.

ئەگەر كەسك ھەناسە نەدات، نايەيت باسى پاكردن لە ماراسونى بۇ بكەيت. كاتىك دىتە سەر لايەنى رۇحى، ئەگەر كەسك نوئىژ ھەر نەكات، نايەيت باسى ئەو ھەي بۇ بكەيت چۆن لە پرووى دەروونى

و ههستییه وه جیگیر و بههیز بیت، نه و ته نانه ت هه ناسه ش نادات.  
ته نها یه که مین شت دلنیا به ره وه له: ئایا ئوکسجین وهرده گریته؟ ئایا  
هه ناسه ده دهیت؟

ئه گهر که سینگ بیهوش له بهرده متدا بیت، یه که مین شتیک  
هه ولی بو ده دهیت، بریتییه له وهی ئایا ئه م که سه هه ناسه ده دات؟  
پیویسته وه کو پزیشکی دهروونی خومان ئه م کاره بکه یز. ئایا  
هه ناسه ده ده م؟ نویژه کانم چونن؟ ئایا روژانه پینج نویژه فهرزه که م  
ده که م؟ ئایا له کاتی خویدا نویژه کانم ده که م؟

مه سه له ی نه جامدانی نویژه کان له ساتی خویدا به م چه شنه یه:  
ئه گهر پزیشکیک بلیت ئه مه ده رمانه که ته و پیویسته روژانه پینج  
جار به کاری بهینیت، به زیندوویی ده تهیلته وه. ئه گهر نه و ده رمانه  
به کار نه هینیت، کاریگه ریه کی باش و ئه رینی نابیت.

له م حاله دا چی ده که یته؟ ده رمانه که به کار دینیت و له کات و  
ساتی دیاریکراوی خویدا به کاری دینیت. به هیچ شینوه یه ک نالیت:  
«سه رقالم، پینش خهوتن بری هه ر پینج ژمه که به کار دینم.»  
نالیت «ئیمرو سه رقالم، سبه ی هه ناسه ده ده م.» یاخود به م چه شنه  
ده لینین: «ئیمرو هیچ هه زم لینی نییه.»

وه کو که سینگ وایه بلیت: «ته واو تیدا چووم. زور ناساغ و  
نه خوشم، بویه له هه ناسه دان ده وه ستم.» نه وه شتیک ساویلکانه و  
نه فامانه یه، وه لی هه ر خودی خویشمان ئه مه ده لینین.

گرفته که له وه دایه به جوریک له نویژه کان ده روانین وه ک شتیک  
بتوانین بی نه وانیش بژین. به هیچ چه شتیک بی نویژه کان ناژیت،  
ههروهک چون بی ئوکسجین ناژیت. نویژ گرنگ و بایه خداره. گرنگ  
نییه چی له ژیا نندا ده گوزه ریت چه شنی گرنگی و بایه خی ئوکسجین.  
کاتیک مژول و سه رقالت، هیشتا هه ناسه ده دهیت. کاتیک ده چیت

بازار بو شتکرین، هیشتا هه ناسه ده دهیت. کاتیک له خویندنکایت، هیشتا هه ناسه ده دهیت. کاتیک له فروکه خانهیت، هیشتا هه ناسه ده دهیت.

کاتیک چه شنى ئوکسجین له نویژ ده روانیت، به هیچ چه شنى سازشی لی ناکهیت، وازی لی ناهینیت و که مته رخه می تیدا ناکهیت. درک به وه ده کهیت کات و ساتی دیاریکراوی نویژه کان چه شنى ره چه تهی ده رمانی پزیشکه. پهروهردگار بالاتر و زاناتره له هه موو پزیشکان. پهروهردگار زانایه به وهی دهیکات. کاتیک ده لیت نویژی به یانی له نیوان ئەم کات بو ئەو کاته، مانای ئەوه نییه هه رکات خه بهرت بوویه وه ئەو کات ئەنجامی بدهیت.

پنویسته زور پابهندی ئەو ده رمانانه بین که ژیانمان پی ده به خشن و له ساتی دیاریکراوی خویاندا به کاریان بهینین. شتانیکی زور ساده و ساکاری وهک سه رئاوکردن دواناخهین. یه کیک له خوشکانی ئیماندارم باسی ئەوهی کرد، کاتیک له سه ر کاره و له باخچه یه کی ساوایان ماموستایی دهکات، ناتوانیت نویژهکانی بکات. وتی ناتوانیت منداله کان جیبهیلنیت. پاشان پرسیاری لی کرا: «چون ده رویت بو سه رئاو؟» وتی: «ماموستایه کی دیکه دینم تاکو شوینه کهم بگریت و برۆم بو سه رئاو.» ئینگلیز وتهنی کاتیک ویست و ئامانجیک هه بیت، بی دوودلی رپیهک ده بیت.

گرنگ نییه ئەو کۆبوونه وهیهی تیندایت چهنده بایه خدار و گرنگه، یاخود ئەوهی له تاقیکردنه وه دایت، ئەگەر پنویست به چوونه سه رئاو بکات، بنگومان ده چیت. خالی گرنگ لیره دا بریتیه له وهی سه رئاوکردن کاتیکی زیاتر ده خایه نیت له ئەنجامدانی نویژ. شتیکی زور سه یر و نامویه ئیمه ی مرووف بهو چه شنه بیر ده کهینه وه. کاتیک نوستوویت و کاتژمیر پینجی به یانییه و هه ست به



شەكەتى و ماندوویی دەكەيت، وەلى پىۋىستت بە چوونە سەرئاو، چى دەكەيت؟ بۇچى ھەلدەسىت؟ چونكە رېسايەكت ھەيە. جىي نوستنەكەت جىدىلتىت، گرنىگ نىيە چەندە ماندووی، ياخود جىيەكەت ئاسوودەيە، پاشان دەرۋىت بۇ سەرئاو. ئەمە پىي دەوترىت رېسا، چونكە رەنگە مىز بکەيت بە خۇتدا، بەلام تۇ ئەو ناکەيت.

ئەمە گىرەتەكەي ئىمەيە. گرنىگى و بايەخ بە پىۋىستىيە جەستەيەكانمان دەدەين، وەلى بايەخ بە پىۋىستىيە رۇحىيەكانمان نادەين.

شتىكى دى زۇر گرنىگە لامان. بىھىنە خەيالت چى دەبىت ئەگەر بەرپوۋەبەرەكەت بىيىت مىز بە خۇتدا دەكەيت لە كاتى كوبروونەوۋەكەدا؟ ئايا ئەو جىي شەرمەزارى نىيە؟ دلنىام ھەرگىز سەركىشى ئەم جۆرە شەرمەزارىيە ناکەيت. دەبىت چى شەرمەزارىيەك بىت لە بەردەم پەرۋەردگاردا كاتىك نوپۇزەكانت لە دەست دەدەيت؟ ئايا ھەست بەو جۆرە شەرمەزارىيە دەكەيت؟ نوپۇزەكەت نەكردوۋە و دواتخستوۋە. ئەو جىي شەرمەزارىيە لە كاتى خۇي دواي بخەيت.

پەيامبەرى نازدار (ﷺ)، فەرموۋىەتى جىاۋازى نىۋان باۋەردار و كافىر برىتىيە لە نوپۇز. ھىچ زانايەك نالەيت دزى لە ئىسلام دەرت دەكات. راستە دزى تاوانە، وەلى ھىچ زانايەك نالەيت چىدى مسولمان نىت، چونكە دزىت كىردوۋە. ھىچ زانايەك نالەيت زىنا لە ئىسلام دەرتدەينىت. راستە زىنا يەككە لە تاوانە گەۋرەكان، وەلى ناتكانە كافىر و بىباۋەر. ھىچ زانايەك نالەيت كوشتن لە ئىسلام دەرتدەينىت، ھەرچەندە تاۋانىكى گەۋرەيە. زانا ھەيە دەفەرموۋىت ئەگەر نوپۇز نەكەيت لە ئايىنى ئىسلام دەردەچىت. ئەمە شتىكى زۇر ترسناكە، چونكە زۇر كەمتەرخەم و خەمساردىن لە نوپۇزەكانماندا. ئەو شتەي گرنىگە لە يادمان كىردوۋە و سەرنجى زۇرمان لەسەر ئەو شتەنەيە

كە گرنىگ و بايەخدار نىن. سەرنجى زورمان لەسەر شتە ھەلەكانە. ئەگەر بە وردى لە ناخى خوت بېروانىت، چى گرنىگە بە لای تۈۋە؟ با راستگوياىە و راشكاوانە بىن. ئەۋەى گرنىگە لامان برىتییە لەۋەى خەلكى چۈن بىر دەكەنەۋە؟ چۈن لە بەردەم خەلكىدا دەردەكەۋىن؟ ھەموو ئەم شتەنە گرنىگ نىن. ئەو شتەمان بە تەۋاۋى لە ياد كەردۈۋە كە گرنىگە و جىنى بايەخە. ئەۋە تراژىدىيەكى سەختە و ھۆكارى ئازارچەشتەمانە.

پەيامبەر موحەممەد (ﷺ)، دەفەرموئىت، نوئىژ يەكەمىن شتە لەو دونىا و رۆژى لىپرسىنەۋەدا پرسىارمان لى دەكرىت لە بارەيەۋە. ئەگەر كەسىك نوئىژەكانى بە رىكى و لە كاتى دىارىكراۋى خۇيدا ئەنجام بدات، سەر كەوتوو و سەرفراز دەبىت. ئەگەر بەو شىۋەيەش نەبىت، توۋشى خەسارەتمەندى و زەرەر دەبىت. كاتىك پرسىار لە ئەھلى دۈزەخ دەكرىت: «مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ» (المدثر: ۴۲)، چى ئىۋەى ھىنايە نىو ئاگرى دۈزەخەۋە؟ يەكەمىن ۋەلامىان برىتییە لە: «وَأَلِمْنَا بِكَ مِنَ الْمُصَلِّينَ» (المدثر: ۴۳) لە دەستە و گروى نوئىژخوئىنان نەبوۋىن. ئەمەش شتىكى نەئىنى و شاردرارە نىيە، پەرۋەردگار لەم دەرنەنجامە ئاگادارى كەردۈۋىنەتەۋە.

نوئىژەكانت نوور و پرووناكىن. يارمەتت دەدەن لەنىو تارىكىدا بىبىت. بى نوئىژ تەۋاۋ نابىنا و بى پارىزەرىت. پەرۋەردگار دەفەرموئىت، نوئىژ لە خراپەكارى و شەرمەزارى دەتپارىزىت. كاتىك ۋاز لە نوئىژەكانت دىنىت، ۋەكو ئەۋەيە لە مەيدانى جەنگدا قەلغانەكەى دەستت فرى بدەيت. ھەرۋەھا دەفەرموئىت كاتىك كەسىك زىكر و يادى پەرۋەردگار لە ياد دەكات، چەندىن دەرنەنجامى خراپى لى دەكەۋىتەۋە. يەكىك لەو دەرنەنجامانە برىتییە لەۋەى شەيتان پەيوەستت دەبىت و دەبىتە ھاۋدەمى ھەمىشەيى و راپوئىژكارت.

دهتواييت بهينيه خه يالت کاتيک شهيتان دهبيتته نزیکترین راویژکارت؟ نه وه رووده دات کاتيک که سيک له زيکر و يادی پهروهر دگار دوور ده که ويته وه. بهم چه شنه که سه که تووشي گوناھ و تاوان دهبيت و خراپه ی زیاتر نه انجام ددهات. پاريزه ری له خراپه و تاوان فهراموش کردوه، بويه لای ئاسان دهبيت خراپه کاری و تاوان نه انجام بدات. پاشان له پرووی روضحيه وه نابينا دهبيت.

خهلکی نارهقت پی نافرو شيت له پی پروونکردنه وه و دهرخستنی نه وه ی چون کاریگه ری خراپ له سهر جگه رت جیدیلینت، یاخود چون دهبيتته هوی نه وه ی شوفیرینکی سهرخوش و مه ست ئوتومبیلینکی پر له مندال له ناوبه ریت و بیانکوژیت. به لی، نه وه ت بو ده خاته پروو چون چند که سيکی مه ست و سهرخوش شادن و سهرنجی ره که زی بهرامبه ر راده کیشن. شتیکی ناشرین و قیزه ون دهرازینیتته وه له پیش چاوه کانت. نه مه ش هه مان کاری شهيتانه. بو نمونه شهيتان زینا و په یوهندی هه رامت له لا دهرازینیتته وه و شیرینی دهکات.

نه مانه دهر نه انجامی ترسناکی له یادکردنی زيکر و يادی پهروهر دگار. لاوازبوویت له بنه رته وه، لاوازبوویت، چونکه رینژه ی ئوکسجین، خوراک و ئاوت زور کهم بوته وه. نه مانه ی پرووده دن نیشانه کانی نه خوشی و دهرده که ن.

کاتيک که سيک دیتته لات و ده لیت دهمه ویت واز له پوشینی حجاب بهینم، گرفته که له وه دا نییه نه و که سه یاساکان نازانیت، وه لی گرفته که له بنچینه و بنه رته که یدایه. هه ندیک جار نه مه ش له په یوه ندیمان له کهل پهروهر دگاردا پرووده دات. لق و که لاکان بریتین له یاساکان. پهروهر دگار له فهرمايشتیکی به ییزدا پیمان راده که یه نیت و ده فهرمونیت هیه رینیه ک نییه باشت ر بیت بو نزیکبوونه وه له پهروهر دگار جگه له نه انجامدانی نه و شتانه ی فهرز و واجبن. نه مه

فيلیکه له رووی دهروونی و روحیه وه له خومانی دهکین. دهمانه ویت ودهکو که سیکي روحانی له پهرودر دگار نژیک ببینه وه، که واته پیویسته چی بکهین؟ پی دهخینه سهر فره زهکان و فراموشیان دهکین و سوننه تهکان جیبه چی دهکین. سوننه تهکان بریتین لهو شتانه ی فره ز نین له سهرمان. به لی، پهرستشه فره زهکان فراموش دهکین. تنها بو نه وه ی ببینه که سیکي روحانی و خواناس و نژیک له پهرودر دگار. نه وه ریسه یه کی هه له یه.

کاتیک پهرودر دگار دهفرمویت که سیک پابه ندی فره زهکان ده بیت، به رده وام ده بیت له سهر سوننه تهکان تا کو پهرودر دگار خوشی دهویت. هه روه ها دهفرمویت: «کاتیک به نده یه کم خوش دهویت، ده بمه گوینه کانی که پیی ده بیستیت، بینایی که پیی ده بینیت، دهسته کانی که هیرشی پی دهکات، پینه کانی که پیی ده پروات. نه گهر داوای لیخوشبوونم لی بکات، بیگومان ده یه خشم و لینی خوش ده بم.» نه وه پروسه که یه. پیویسته په یوه ست بیت به فره زهکانه وه و هیچ له ده ست نه دهیت و له یادی نه کهیت.

شتیکي دیکه بریتیه له بیدعه. بیدعه چییه؟ بیدعه بریتیه له داهینان له ناییندا. ودهکو بلتین به تنها فرمانه کانی نینو قورشان و فرمووده و سوننه تهکانی په یامبه ر بهس نین.

کاتیک هه ندیک له هاوه لان پرسیاریان له شینوازی پهرستشی په یامبه ری نازدار کرد(ﷺ) و راستیه که یان بو دهرکه وت، وتیان: «نیمه هیچ نین به به راورد به پله و پایه ی په یامبه رمان.» یه که میان وتی: «ته واوی شه وهکان شه ونویژ ده که م و ناخه وم.» دووه میان وتی: «هه موو رږژیک به رږژوو ده بم و نایشکینم.» پاشان سینه میان وتی: «هه رگیز هاوسه رگیری ناکه م و به سه لتي ده مینیمه وه.» کاتیک په یامبه ری نازدار(ﷺ)، گوینی له م سی که سه بوو تووره بوو.



په یامبه ر موحه ممه د(ﷺ)، نزیکترین کهس بوو له پوره ردگار هوه و زورترین ترسیشی له پوره ردگار هه بوو، فهرمووی: «که میک دهخه وم و که میک شه ونویژ ده کهم، هه ندیک جار بهر ژوو ده بم و هه ندیک جار بهر ژوو نابم. هه روه ها هاوسه رگیری نه نجام ده دم. نه وهی له سوننه ت و ریگهی من لابتات له من نییه».

کاتیک خه لکی وا بیر ده که نه وه له پیی کار و کرده وهی دهره وهی قورئان و سوننه ته وه چهند میلنیک زیاتر پیش بکه ون، نه وه خوف ریوداته. نه وهی پیویستمانه بو نزیکبوونه وه له پوره ردگار به کاملی و ته واوی له قورئانی پیروز و سوننه ته کانی په یامبه ری خوشه ویستدا ئاماژه یان پی دراوه. پیویست به کاری زیاده و داهینان ناکات، چونکه به و چه شنه هیچ به ره و پیش ناروین، بگره به ره و لادان و دواکه و تووی ده روین.



## به ندى دوانزه يه م

### کوټايى

له سوره تى (طه) دا ئايه تىك هه يه ده فهرمويت: (ئوهوى له زىكر و يادى پهروهردگار دوور بكه وىته وه، ژيانىكى نارحەت به رى دهكات و له پوژى دوايدا به كوړى زىندوو دهكرىته وه. پاشان به پهروهردگار دهليت: «بوچى به نابىناى و كوړى زىندووت كرده وه له كاتىكدا بىنا و چاوساغ بووم؟»).

ئهمه خوازه يه به كار هاتووه. وا دهزانن تواناى بىنىيان هه بووه. راسته به چاوى سهر دهىانبىنى، وهلى چاوى دل و ناخيان كوړ بوو. پهروهردگار ده فهرمويت: «نیشانه و بهلگه كانم بو ناردن، له يادتان كردن. بويه ئيمرو ئنوه له ياد دهكرين.» ئهمه باسوخواستىكى ترسناكه. ئهم نابىناى و كوړىيه پروودهات كاتىك له نويز و زىكر و يادى پهروهردگار دوور دهكه وىته وه. ئه وه نابىناى راسته قينه يه. پهروهردگار ده فهرمويت، ئه وه نابىناى چاوى سهر نىيه، وهلى دله تووشى نابىناى و كوړى دىت. ئه و نابىنايه ده بىته هوى و نكردنى رىنگه كهت، له م شته رامينه.





## شووشه‌ی شکاو

سارپژبوونی دلیکی شکاو





به گشتی ئیمه‌ی مرۆف له باره‌ی چۆنیه‌تی سارپژکردنی لاقینکی شکاوه‌وه، زۆر رۆشنییرن. له باره‌ی تیمارکردنی برینی گولله‌وه زۆر زاناین، وه‌لی زانیارییه‌کی زۆرمان له باره‌ی چۆنیه‌تی سارپژکردنی دلیکی شکاوه‌وه نییه.

برینی هه‌سته‌کان شتیکه ئیمه‌ی مرۆف له به‌رامبه‌ریدا ده‌سته‌وه‌ستانین. پرۆسه‌ی سارپژکردنه‌که فیر نابین، ئامرازی گونجاومان نییه و له سه‌رووی هه‌موویه‌وه پالپشتینکی ته‌واوی پرۆسه‌ی سارپژکردنه‌که نین که گرنگه‌ بۆ سارپژژی دلیکی شکاو. کاتیک بریندار ده‌ییت، یاخود له لایه‌ن که‌سینک و شتیکه‌وه ئازار ده‌درییت، چۆن چاره‌سه‌ری خۆت ده‌که‌یت؟ چی شتیک و چی که‌سینک هاوکارته له پرۆسه‌ی سارپژکردنه‌که‌دا؟

خاتوو یاسه‌مین موجهید به‌وه ناسراوه که له‌رینی بۆچوون و تیرامانه ژیره‌کانیه‌وه سه‌رنجی ته‌واوی بینهران و خوینه‌رانی راده‌کیشیت. بروانامه‌ی به‌کالۆریۆسی له به‌شی ده‌روونناسی به‌ده‌ست هیناوه، پاشان له زانکۆی ویسکۆنسنین مادیسۆن بروانامه‌ی ماسته‌ری له رۆژنامه‌گه‌ری و په‌یوه‌ندییه‌کان به‌ده‌ست هیناوه. له ئیستادا خاتوو یاسه‌مین موجهید بانگخوازینکی نیۆده‌وله‌تی و نووسه‌ره، زۆربه‌ی کاره‌کانی له‌باره‌ی په‌ره‌پیدانی رۆحی و که‌سییه‌وه‌یه. یاسه‌مین موجهید له‌رینی یه‌کینک له پرفرۆشتترین په‌رتووکه‌کانیه‌وه: «دلت بینه‌وه: تیرامانی که‌سی له‌باره‌ی رزگاربوون له کۆتوبه‌نده‌کانی ژیان»-ه‌وه زیاتر ناسراوه.

به ندى يه كه م

## فرياگوزارى سه ره تايى ههسته كان



ئه م بابته زور لام سهرنجراكي شه و ههست ده كه م بابته تيك بيت  
پنويست بيت له سهرى بدويين و دهست به مه شق و راهيتان  
بكه ين تييدا. ئه ويش فرياگوزارى سه ره تايى ههسته كانه. ئيمه به  
مسولمان و نامسولمانه وه زانياريمان له باره ي چاره سه ركردنى  
لاقى كى شكاه وه هه يه. له باره ي تيمار كردنى برينى گولله وه، زور  
زانين، وه لى زانياريه كى زورمان له باره ي چونه تى سارپژ كردنى  
دلى كى شكاه وه نييه.

برينى ههسته كان شتيكه ئيمه ي مروف له به رامبه ريده  
دهسته وه ستانين. پرؤسه ي سارپژ كردنه كه فير نابين، ئامرازى  
گونجاومان نييه و له سه رووى هه موويه وه پالپشتي كى ته واوى  
پرؤسه ي سارپژ كردنه كه نين، كه گرنگه بو سارپژى دلى كى شكاه.  
ئه گهر كه سينك لاقى بشكييت، كه س پى ناليت: «دهزانيت چى،  
لينگه رى خوى چاك بيته وه، له سهرى برؤ.» به كه سينكى لاق شكاه  
ناليت له سهرى برؤ، چونكه دهزانيت لاقى شكاه پيويسته به  
پرؤسه ي چاكبوونه وه دا تپه ريت، پيش ئه وه ي كه سه كه له سهرى

پروات، ياخود وهكو پيش شكانه كه له سهرى راپكات. به داخه وه  
همان تيگه يشتن و خه مخوريمان نيه كاتيك ديتته سهر باسى برين  
و شكانه ههستيه كان و دله شكاهه كان. پيشيني دهكهين خهلكى  
چاك ببنه وه. كاتى هاتووه. ئهم كاته له لايهين كيوه ديارى دهكرىت؟  
له لايهين خهلكيه وه.

ههست دهكهه ئهمه زور گرنگ بيت بومان تاكو دهست به  
فیربوون و فیرکردنى كه سانی دی بکهین. ههروهها نهك خودى  
خومان پتويسته به منداله كانيشمان بگهيهين. پتويسته به شينك  
بيت له پهروه ردهى منداله كانمان. بهم چهشنه دهتوانين بکهوين و  
پاشان ههلسينه وه. به داخه وه بهم شيوهيه كه سانی دی فیر دهكهين:  
ههرگيز مهكهون و شكست مههينن. ئهم چهشنه فیرکردنهش زور  
سوود به خش نيه.

ئهگەر راهينه ريكى وهرزشيت ههيه به بهردهسته كانى بلت: «زور  
باشه، ههرگيز مهكهون و شكست مههينن.» به دنيايه وه ئامانجه كه  
تهنها شكستهينان نيه، بهلكوو وتن: «ههرگيز شكست مههينه» به  
به كه سينك. ئهگەر ههرگيز فیريان نهكهيت، چى بکهن له ساتى  
شكستهيناندا، مانای ئهويه راهينه ريكى زور باش و سهركه وتوو  
نيت، چونكه حهقيقه تى ژيان ئهويه ساتيك ديت بخزيت و شكست  
بهينيت، جا گرنگ نيه چهنده وهرزشوانيكى بليمهت و بهتوانايت.

وهرزشوانيكى يارى خلیسکینهى سهر سههول له ساتيك له  
ساته كانى ژيانيدا خزاوه و كهوتوو. باشتريين راهينه ر ئهوانه  
بهردهسته كانيان فیر دهكهين چون ههلبسته وه و چوك دانه دهن.  
ئهو كه سهى بينوته له پيشبركى و نمايشدا، چى پرويداوه دواى  
شكسته كهيان؟ ئايا تاكو ئيستا وهرزشوانيكى يارى جمناستيك،  
ياخود خلیسکینهى سهر سههولت ديوه خرابيت و كهوتبيت، پاشان

هه ره له سه ره سه هول و زه و بیه که دانیشیتیت؟ هیچ که سیک نه و کاره ناکات. زور به خیرایی هه لده سیه وه و له رویشتن بهرده وام دهیت. نه مه به شیکه له راهینه کانی و پیویسته به شیک بیت له راهینه کانی نیمه ییش.

ژیان کامل و بی که موکورتی نییه و مروقه کانیش به هه مان شیوه. مه حاله له ژیاندا گوزهر بکهین و نه که وین و شکست نه هینین. مه حاله تووشی ئازار و شکان نه هاتبین، چونکه نه مه ژیانسی دونیایه نه که به هه شت.

که واته به شیک له راهینان و فریاگوزارییه سه ره تاییه که مان پیویسته نه م فریاگوزارییه سه ره تاییه ی هه سته کانمان بیت. فیربوونی نه وه ی چون ساریژ بین دوا ی شکانی دله کانمان. بویه هه ست ده کهم زور گرنگ بیت، وه لی زور له یاد کراوه.

پیش نه وه ی بهرده وام بین، با ئامانجیک و مه به سستیک دابنیز له باره ی نه و شته ی ده مانه ویت له م په رتوو که وه فیری ببین. له یادت بیت په روه ردگاری مه زن پیمان ده فهرمویت، مروقه کان هیچ به ده ست ناهینن، جگه له و شته ی هه ولی بو ددهن. بویه پیویست و گرنگه بزانی بۆ چ شتیک هه ول ددهین تا کو به ده سستی بخهین؟ په یام بهرمان موحه ممه د(ﷺ)، فهرمویه تی: هه موو کاریک به نیته و پیویسته هه مووان نیته ی باش له کاره کانیا ندا هه بیت.

به ندى دووهم

## کات به تهنه ساريزکهر نييه

کاتیک بريندار دهبيت، ياخود ئازار دهچيزيت، بو ساتیک بير له برينیکی جهستهی بکهرهوه، چي روودهدات کاتیک بريندار دهبيت؟ يه کهم شت پيويسته پرؤسهی چارهسهرکردنی برينه که ههبيت. ههروهه ها هه نديک پرؤسهی ساريزبوونی برينه که ههبن. ئايا دهتوانين کاریک بکهين بو يارمه تيدان و ساريزبوونی بريني جهستهی؟ وه لامه که «به لی» يه. دهتوانين برينه که خاوين بکهينه وه، چاودیری بکهين و سهردانی پزیشک بکهين. ئه گهر که سينک برينیکی گولله له سهر جهستهی بيت، شتانیک هه ن تاكو بتوانن يارمه تی ساريزبوونی بدهن. ههروهه ها شتانیک هه ن دهتوانن ئه نجامی بدهن بو ريگرتن، وه ستاندن و دواخستنی ساريزبوونه که. بو نموونه، ئه گهر که سينک برينیکی ههبيت و ههرگيز خاوينی نه کاته وه و به برينپنج نه پينچيت، چي به سهر ئه و برينه دا ديت؟ له راستيدا برينه که تووشی هه وکردن دهبيت. گرنگ نييه ئه گهر پينچايت. دهتوانيت بليت: «ئوی، برينیکی گولله له سهر جهسته مه، با به برينپينچیک داپوشم، پاشان خوی چاک دهبيت ه وه.» به و چه شنه ساريز نابيت.



تەنھا لەبەر ئەوێ داتپوشیوه.

پاشان شتانیکى سەیر دەلێن، وەك كات هەموو برینیک ساریژ دەكات. كات چى كردوو هە برینی گوللەكە كە هەرگیز خاویز نەكراوەتەوه، چارەسەر نەكراوه و چاودیتری نەكراوه، بەلكوو تەنھا پیچراوه؟ كات برینەكەى خراپتر كردوو، نەك ئەوێ ساریژی كر دبیت. ئەو بۆچوونەى دەلێت كات بە تەنھا دەتوانیت ساریژی برین بكات هەلەیه، چونكە ئەگەر برینەكە بە شیوەیهكى دروست چاودیتری نەكریت، یاخود شتانیک ئەنجام بدەیت برینەكە خراپتر بكەن، ئەو كات، كات ساریژی برینت ناكات. ئەگەر هەموو رۆژنیک پیسی بخەیتە سەر برینەكە، توێژی سەر برینەكە هەلبەت، یاخود بەكتریا تینی بدات، ئەو برینە ساریژ نابیت، وەلى دەبیتە هوی خراپتربوونی برینەكە.

كەواتە شتانیک هەن دەتوانین ئەنجامیان بدەین بۆ یارمەتیدانى ساریژبوونی برینەكە و شتانیک هەن بە ئەنجامدانیان زیان بە برینەكە دەگەیهێنن و ئازارەكەى ماوێیهكى زۆرتر دەخایەنیت. ئەمە ئەو شتێه پێویستە فێر بین. دەروونناسان بۆیان ئاشكرا بووه چەندین خوو هەن مەرفەهەكان ئەنجامی دەدەن كە بەشدارن لە دواخستنى پرۆسەى ساریژبوون. ئەو جۆریكە لە لەناوبردنى خود. ئێمە نازانین خەریكین چى ئەنجام دەدەین و بە مەبەستەوه ئەو كارە ناكەین.

كەسێك درك بەوه نەكات لە راستیدا پیسی دەخاتە سەر برینەكەى، توێژی سەر برینەكەى هەلدەكەنیت و دەهیلێت بەكتریا تینی بدات، وادەزانیت كات ساریژی برینەكەى دەكات: بۆچى كات ساریژی برینەكە ناكات؟



به ندى سڀيه م

چى ده كه ين؟

ئەو شتانه چين ئەنجاميان دەدەين و سارپژبوونمان دوا دەخەن؟  
يەكئىك لەو شتانه دەروونناسان بە گرنگ و بەسوودی دەزانن لە  
يارمەتيدانى سارپژبوون، بریتىيە لە پالېشتى كۆمەلايەتى. مەرج نىيە  
لە دەسەلاتى خۆماندا بىت. پالېشتىيەكە رەنگە چارەسەرکار، ھاورى،  
ياخود ئەندامانى خىزانەكەت بىت. رەنگە پىويستت بە پالېشتى ھاوېئ  
و خىزانەكەت بىت پىكەو. كاتىك ئەو پالېشتە كۆمەلايەتییەت بۆ  
نارەخسەت، دەبىتە ھۆى ئازاردان و دواخستنى سارپژبوونەكە.

ئىمەى باوەردار پىويستە چى بكەين لەم چەشنە دۆخەدا، ئەگەر ھاوکارى  
و پالېشتى كەسانى دىكەمان بۆ فەراھەم نەبىت؟ يەكەم، پىويستە بگەرڤىنەو  
لاى پەرورەدگارى مەزن. يەكئىك لە ئامرازە گرنگ و سەرنجراكىشەكان كە  
ھەمانە بریتىيە لە پەيوەندىيەكى پتەو لەگەل پەرورەدگار. بۆ دەسكەوتنى  
ھاوکارى و پالېشتى، دەگەرڤىنەو لاى پەرورەدگار. مانای ئەو نىيە نابىت  
ھاوکارى و پالېشتى يەكدى بكەين. ھەروەھا مەبەست لەو نىيە پىويستمان  
بە ھاوکارى يەكدى نىيە و سوودى لى وەرناگرين. وەلى مەبەست لەو نىيە  
پەرورەدگار ھەمىشە لە لاتە تاكو ھاوکار و پالېشتت بىت.

## گهرايوه نولاي يهروهر دگار:

ئەمە گەنگەرىن ئامرازی سارىژبوونە. بە تايبەتى کردارى  
 مامای نزاکردن، نويز و فرميسکرشتنى زور دەگەيەنيت. يەکیک لە  
 ئەفسانەکان کە پيوسته لەبیری خۆمانی بەرینهوہ بریتییه لەوہی  
 فرميسکەکان نیشانەى لاوازین، گریان مانای ئەوہیە لاوازیت و  
 بەگریەیت، مانای ئەوہیە بەهیزیت. ئەمە چ لە رووی ئیسلامی و  
 چ لە رووی تويزینەوہکانی دەروونناسییەوہ، بە ھەموو شیوہیەک  
 ھەلەمە.

تویژینه وه کانی دهرووناسی پیمان دهلین کاتیک که سیک  
هسته کانی کپ دهکات، نابیته هوی له ناوچوون و نه مانی  
هسته کانی. له راستیدا هسته که ی زیاتر گه شه دهسه نیت. دهلین،  
هه ولدان بو کپکردنی هسته کان و دوور که وتنه وه لیان، ده بیته  
هوی زیاد بوونی. هسته که زیاتر و ئاشکراتر ده بیت.

ئەم بۆچۈنەي ھەست و گريان نيشانەي لاوازين، تاكو سەر  
ئيسقان ھەلەيە. كاتىك پەيامبەرمان موخەممەد(ﷺ) گريا و يەكيك  
لە ھاوھلان تووشى سەرسامى بوو و پرسى: ئەم گريانە چيە  
ئەي پەيامبەرى خودا(ﷺ)؟ پەيامبەرى نازدار(ﷺ) فەرمووى: ئەمە  
رەحمىكە پەرۋەردگار خستوو يەتيە دلى باوھردارانەوھ.

به‌لى، به‌م چه‌شنه په‌يامبه‌رمان(ﷺ) پېناسه‌ى گريان و  
فرمېسگرېشتنى كړدووه. ئه‌مه نېشانه‌ى لاوازي نېه و هه‌له‌يك  
نېه له دروستكراوه‌كانى په‌روه‌ردگاردا، وه‌لى رېحمه‌تيكى  
ئېلاهييه. كه‌واته نكولېكردن له‌م به‌شه سروشتييه‌ى ساريژبوون  
زور مه‌ترسېداره. ئه‌گه‌ر نكولى ئه‌م راستييه بكه‌يت، هه‌مېشه  
درک به‌وه ده‌كه‌يت ساريژبوونه‌كه‌ت دواده‌كه‌ويت. ده‌بيته ريگر له

بەردەم سارىژبوونى بىرىنچى كەدە، چۈنكى ئەمە دروستىراوى ئىلاھىيە. پەرۋەردىگار فرمىسك و گريانى ۋەكو رەحمەتلىك پى بەخشيويىن و خاوينكەرەۋەيە. بەشىكە لە پرۇسەي سارىژبوونەكە.

چۈن ئەم كارە ئەنجام بەدەين؟ ئەگەر تەماشاي گەرەتتىن كەسەكانى سەر زەۋى بىكەيت، كىن ئەو كەسانە؟ پەيامبەر موحەممەد (ﷺ) دەفەرمۇيت: گريان و دلرەق نەبوون. پەيامبەر يعقوب (ﷺ)، ھىندە گريا تاكو بىنايى لەدەست دا. پەيامبەرى نازدارمان (ﷺ) بە سالى ماتەمدا تىپەرى، كاتىك خاتوو خەدىجەي ھاۋسەرى و ئەبوتالىبى مامى لەدەست دا. ئەوان ھەستيان ھەبوو و ھەستەكانيان دەردەبەرى. ئەمەش ماناي ئەۋە نەبوو ئارامگر نىن. ئەگەر تەماشاي نموونەيەكى نىو قورئانى پىرۇز بىكەيت، پىاۋىكە ئارامگرىيەكى جوانى ھەبوۋە، كەسىك بوۋە ھىندە گرياۋە بىنايى چاۋانى لەدەست داۋە. ئەۋىش پەيامبەر يعقوبە (ﷺ)، كەۋاتە بۆت بوون بوۋىەۋە گريان و ئارامگرىيەكى جوان دژىك نىن؟

ئارامگرى شتىك نىيە تەنھا بە رووكەش رووبدات و دەر كەۋىت. ئارامگرى لە قوۋلايى ناخەۋە سەر ھەل دەدات. كاتىك پەيامبەرى نازدار (ﷺ) خەمبار بوو، ئەم فەرمايشتە جوانەي فەرموو: «چاۋەكان فرمىسك دەرژن، دل ھەست بە خەم دەكات، ۋەلى زار ھىچ شتىك دەرناپرەت جگە لەۋەي پەرۋەردىگار پىنى رازىيە.» ئەمە ئارامگرىيە. ھەست بە خەمبارى دەكات و فرمىسك دەرژىت، ۋەلى سكالالە پەرۋەردىگار ناكات. ئەمە ماناي نارازىبوون نىيە، بەلكوو ۋەكو مرقۇنىك ھەست بە خەمى لەدەستدانى ئازىزىك دەكات.

ئەبۇبەكر (رضي الله عنه) يەكىك بوو لە ھاۋەلانەي مژدەي بەھەشتى پى درابوو، نازناۋى (البكاء) بوو، واتا كەسىك زۆر بگرىت. كاتىك پەيامبەر (ﷺ) لە سەرەمەرگدا بوو، بە خاتوو عائىشەي فەرموو:

«به باوکت بلی پیشنویژی بو مسولمانه کان بکات.» وهلامی خاتوو عانیسه چی بوو؟ «باوکم زور دهگری.» په یامبه ر جاریکی تر پنی فرموو: «به باوکت بلی پیشنویژی بو مسولمانه کان بکات.»

ته نانه ت پیاوکی وهکو عومهری کوپی خه تتاب (ﷺ) شوینی گریان له روو خساریدا ده رکه وتبوو. هیچ دژایه تییه ک نییه له نیوان پیاویتی و گریاندا، یاخود نارامگری و گریاندا.

که واته یه که مین شت که پیویسته بیکه یین، بریتییه له تیکشکاندنی هم نه فسانه یه ی ده لیت: گریان مانای نه وه یه نارامگر نیت. خه لکی فیرت ده که ن و ده لین: «هسته کانت کپ بکه، تا کو نارامگریت هه بیت.» هم تر سناکترین شته به که سیکي بلیت.

نه گهر هم وته یه بلیت: ههستی نه و که سه ژه هراوی ده بیت و ده بیت شتیکی ته و او مه تر سیدار که تو وره ییه، به تاییه ت تو وره یی له په روه ردگار. له شته رامینه. ههست شتیکی ده بیت مامه له ی له که لدا بکه یت. نه گهر مامه له ی له که لدا نه که یت، نار هویته وه و له ناو ناچیت، به لکوو ژه هراوی ده بیت. ته نها مه به ستم له ژه هراوی بوونی خوازه نییه. ههستیکی دهر نه بر در او ده توانیت زیانی ته ندروستیت پی بکه یه نیت. زور ژه هراوی ده بیت و ده گوریت بو شیر په نجه.

دابنی خه مباریت و دهرینا بریت، کپت کردووه، یاخود ده ته وی لینی دوور بکه ویته وه، هاوشیوه ی برینیکی گولله که ته نها به برینپینچیک ده پینچیت، دواتر تووشی هه وکردن ده بیت. نه مهش بو ههسته دهر نه بر در او ده کانمان رووده دات.

رهنگه سه ره تا ته نها خه میک بیت، به لام چونکه دهر نه بر در او ده، کپ کراوه و خه لکی چوارده ورت وتوویانه: نارام بگره، له ناخدا بیه یله وه، واز له خه مخواردن بهینه و به ییز به. ئایا به راستی وا ههست ده که یت له په یامبه ر یعقوب (ﷺ) به هیزتری؟ په یامبه ر



يعقوب (ﷺ) وهكو نمونەى ئارامگريپهكى جوان «الصبر الجميل»،  
له قورئانى پيرۆزدا ئاماژەى پى دراوه.

كاتىك ئەم هەستە دەرناپردىت و كەسانى دى رېگرى دەكەن،  
هەست دەكەيت ناتوانيت خەمبارىي خۆت دەرېخەيت، چونكە  
كەسانى دى قبولى ناكەن، ياخود بە لاوازت دادەنن. دەتەويت  
هەمووان بە بەهيزت بزائن، وايه؟ كەواتە هيز و تواناي ئەوەت نيبە  
دەريېرېت، ياخود رەنگە خۆت بريار لەسەر هەستەكانى خۆت  
بدەيت. هەستەكانمان پەيوەستن بە دەريېنيايه وه.

ئيمە زۆر بريار دەدەين. بريار لەسەر كەسانى دى و خودى  
خۆيشمان دەدەين. هەستىكت هەيه: پيوستە خۆت چارەسەرى  
بكەيت و هېچ دەرفەتكت نەرهخساندووە تاكو دەريېرېت. چەشنى  
خواردنېكە لە دەرەوہى چىشتخانەدا بۆ چەند هەفتە و مانگ جىي  
دەهېلېت، چى بەسەردا دىت؟ پىشتەر كىكىكى بە پەنيرى بەتام و  
بەلەزەت بوو، ئىستا بە كەرۋو داپۆشراوہ. ئەمە بەسەر ناخى  
كەسەكاندا دىت. هەستەكانيان ژەھراوى دەبن. خەم و نارەحەتتېه كە  
ژەھراوى نەبوو، تەنها پيوستى بە چارەسەر هەبوو، پيوست  
بوو چارەسەرى بكەيت و تىي بپەرينىت، پيوستە بگەرينتەوہ لای  
پەرۋەردگار، بەلام دەكرىت چارەسەر بكرىت و خاوين بكرىتەوہ  
ئەو كات تىي دەپەرينىت.

ئەگەر ئەو كارە نەكەيت، ژەھراوى دەبىت. پاشان دەگورېت بۆ  
رق و توورەيى. لە ناخەوہ رەق و شىواو دەبىت. رق و توورەيىكەت  
تەنها بەرامبەر دونيا نابىت، بەلكوو بەرامبەر پەرۋەردگارېش  
دەبىت. «توورەم لە پەرۋەردگار لەبەر ئەوہى چۆن توانيويىتى  
ئەمەم بەسەردا بەينىت؟» ئىستا دەزانىت بۆچى ئەمە پروودەدات و  
ئەمەش ترسناكترين و ژەھراويترين شتە؟ ئەوہ برىنى گوللەكەيە

که چاره سهرت نه کردووه، تهنه پینچاوته و پاشان ههوی کردووه. بگه ریره وه لای پهروهردگار و ههستی پی بکه، خه م بخو، هیچ شهرمه زاریه که له مروفبوونتدا نییه، چونکه پهروهردگار خوی بهم چه شنه خولقاندویتی. پهروهردگار ههله و که موکورتی له کارهکانیدا نییه. که واته مروف به و به پرؤسه که دا تیپه ره، به و چه شنه ی پهروهردگار دروستی کردوویت. پهروهردگار دهفه رمویت: فرمیسک ره حمه تیکه خستوو یه تیه نیو دلی باوهرداران هوه. ئه و ره حمه ته قبول بکه، به کاری بهینه و به پرؤسه ی ساریژبووندا تیپه ره.

له ساتی نزا و نویژهکاندا به چاوی پر فرمیسکه وه، بگه ریوه لای پهروهردگارت، به تاییهت له ساتی شه و نویژدا و سییه کی کوتایی شه ودا. یه کیکه له باشتترین شتهکان دهتوانیت بو ساریژبوون ئه نجامی بدهیت. په یامبه رمان موحه ممه د(سوره)، له فه رمایشتیکیدا دهفه رمویت، له و ساته دا پهروهردگار دیته سهر یه که مین ئاسمان و دهفه رمویت: «کی بانگم دهکات تاکو پی بیه خشم و هاوکارییان بکه م؟ کی داوای لیخوشبوونم لی دهکات؟» پهروهردگار له و کاته دا به شوین ئه و که سانه دا دهگه ریت. ئه وه یه کیکه له باشتترین ساتهکانی ساریژبوون. ئه وه ژووری فریا که وتنی خیرایه.

هانا بو پهروهردگار ببه و بگری بو یارمه تی. پیویست ناکات خوت به به هیز بنوینیت. ته و او راستگو و راسته قینه به له گهل زاتی مه زنی. ههست به شکان بکه و بگری. به لین دهدهم ئه وه خیراترین رینگای ساریژبوونه.

کاتیک ته ماشای نزای په یامبه ران دهکهیت، زور به هیز و پر مانان. بو نمونه نزای په یامبه ر ئه یوب(سوره). ئه م نزایه م زور خوش دهویت، چونکه تووشی نارحه تی هات. نارحه تی له دوا ی نارحه تی تووشی ده هات. ته ندروستی خراپ بوو، سهروه ته که ی

و خیزانه که ی له دهست دا. دواى چهندين سال نارامگرى، هانای بو پروهردگار برد و فهرمووى: تووشى نارمحه تى هاتووم، تویش بهرحمترینى ئه ی پروهردگارم.

په یامبه ر نوح (ع) دواى ۹۵۰ سال ململانى و هولدان هانای بو پروهردگار برد و فهرمووى: «ئهى پروهردگار بهراستى تیکشکاو و دؤراوم، سه رکه وتتم پی بهخشه».

هه موویان بهم چهشنه هانایان بو پروهردگار برد و ههرگیز خویان نهواند و نه یانوت: «خوم چاره ی دهکهم، من زور باشم له م کاره دا.» ههرگیز بهو چهشنه رهفتاریان نه کرد.

«باوه رم زور بههیزه.» یاخود «من بههیزم.» نه خیر، بههیز نیت. تو مرفوئیکیت و پیویستت به یارمه تى و هاوکارى پروهردگاره. ئه گهر پشت بههیزى خوت بههستیت، به هیواى بهختیکى باش. که سمان له په یامبه ران بههیزتر نین. ئه وان ههرگیز پشتیان به خویان و هیزى خویان نه بهست.

په یامبه ر یونس له نیو سکی نه ههنگه که دا گیرى خواردبوو، هانای بو پروهردگار برد و فهرمووى: **لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَنَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ** (الانبیاء: ۸۷). واته: «هیچ کهس و شتیک شایسته ی بهرستن نییه، جگه له زاتى مه زنت. پروهردگار بالادهسته بهسه ر هه موو شتیکه وه، له راستیدا من له سته مکاران بووم».

په یامبه ران ملکه چ ده بوون و هانایان بو پروهردگار ده برد و ههرگیز پشتیان به خویان نه ده بهست. بهم چهشنه ئه وان پاریزران و پزگاریان بوو. پروهردگار هیچ کامیانی لهو دؤخه دژواره ی تیندایه، نه هیشته وه. بیر له وه بکه ره وه پروهردگار هه موویانی پاراست و پزگارى کردن.

پروهردگار په یامبه ر یونس و ئیوب و نوح (ع) و هه موویانی

پاراست و رزگاری کردن، وهلی ئەوان به‌م چه‌شنه هانایان بو  
په‌روه‌ردگار برد و تهنه‌ها پشتیان به‌خویان نه‌به‌ست. خویان ملکه‌چ  
کرد و داوای یارمه‌تی و پشتیوانی ئیلاهیان کرد.

ته‌نانه‌ت کاتیک ته‌ماشای باوکه ئاده‌م (ﷺ) ده‌که‌یت دوا‌ی ئەوه‌ی  
له‌ میوه‌ی دره‌خته‌که‌ی خوارد، به‌ په‌روه‌ردگاری فهرموو: «ئیمه  
سته‌ممان له‌ خومان کرد. ئەگەر لیتمان خوش نه‌بیت و په‌حهمان  
پی نه‌که‌یت، بی دوودلی له‌ خه‌ساره‌تمه‌ندان و دۆراوانین.» دووباره  
پشتی به‌ په‌روه‌ردگاری تاک و تهنه‌ها به‌ست و په‌روه‌ردگار لینی  
خوش بوو.

که‌واته‌ یه‌که‌مین شتیک بریتییه‌ له‌ که‌رانه‌وه‌ بو‌ لای په‌روه‌ردگار  
و هانای بو‌ به‌ریت و له‌گه‌لیدا راستگو بیت. «ئازاری هه‌س و  
ناره‌حه‌ته. ئەه‌ی په‌روه‌ردگار، هاوکارم به‌، ساپیژم بکه‌ و له‌  
سه‌رمی ئاسان بکه‌.» داوا له‌ په‌روه‌ردگار بکه‌ ناره‌حه‌تییه‌کانت  
له‌سه‌ر سووک بکات. هه‌ول مه‌ده‌ هاوشیوه‌ی چه‌ته‌یه‌ک بیت و  
بلینیت: «خوت ده‌زانیت من به‌هیزم. خۆم چاره‌ی ده‌که‌م، من باش  
ده‌بم.»

ئەگەر که‌سێک نه‌گه‌رپته‌وه‌ لای په‌روه‌ردگار و پشتیوانی  
په‌روه‌ردگار ده‌ست نه‌خات، ساپیژی برینه‌که‌ی دوا‌ده‌که‌ویت. ده‌بیته  
هۆی وه‌ستانی پرۆسه‌ی ساپیژبوونه‌که‌ی.

### نه‌بوونی خه‌مخۆری خود:

ئەمه‌ کاتیک پرووده‌دات لۆمه‌ی خۆمان ده‌که‌ین. وه‌کو پیشتر  
ئاماژه‌م پی دا، خه‌م ده‌خۆیت و دواتر لۆمه‌ و سه‌رزه‌نشتی خۆت  
ده‌که‌یت، چونکه‌ خه‌م ده‌خۆیت. هه‌سته‌کانی خۆت ده‌ربهره‌. ئەوه  
ته‌نه‌ها که‌سانی دی نییه‌، به‌لکوو خۆمان به‌سه‌ر خۆمانی ده‌هینین.

گولچنى ئەوين

رەنگە سارىژ نەبىت و ھەست بە تىكشكان بىكەيت. بە خۇت دەلىيت: «پىشتەر سارىژ بووم!» تەننەت خەمخۇرىت بۇ خۇدى خۇشت نىيە. زۆر سەرزەشت و لۆمەى خۇت دەكەيت. لات وايە ھەستەكەت جىي قىوول نىيە، چونكە تىكشكاو و ھىوالىبراوئىت. ئەمە دەبىتە ھۆى دواكەوتنى سارىژبوونەكەت كاتىك خەمخۇرى خۇت نىت و رىگە بە خۇت نادەيت بەو چەشنە ھەست بىكەيت. لە راستىدا دەبىتە ھۆى ئەوھى سارىژبوونەكە زىاتر بخايەنىت، بە پىچەوانەى ئەوھى ھاوسۆز و ھاوخەمى خۇت بىت. بە دلنبايىيەوھە خەلكانى دىش ئەمە دەكەن، كاتىك پىت دەلىن: «دەزانىت چى؟ كاتەكە كۆتايى ھات، چىدى خەم مەخۇ، سارىژبە.» و ھەروھەا خۇدى خۇشت ھۆكار دەبىت. بۆيە ھاوسۆزى و ھاوخەمى خۇد زۆر گرنگە. لە دەرئەبىرىنى ھەستەكانت و كىكردنەوھىان بوھستە.

### بىر كىردنەوھى نەرىنىانە:

سىيەمىن ھۆكار كە پرۆسەى سارىژبوونەكە دوا دەخات، برىتىيە لە بىر كىردنەوھى نەرىنىانە. بە مانايەكى تر بىرۆكەى نەرىنىانەت لەبارەى خۇتەوھەس. بۇ نمونە كەسىك جىت دىلنىت، ياخۇد لە كەسىك دادەبرىت و جىا دەبىتەوھە. بىرۆكەكە ئەوھىيە، «چونكە من كەسىكى خۇشەوئىست نىم.» «من زۆر قەلەوم»، «من زۆر جوان و قشت نىم.»، ياخۇد «لەبەر ئەوھىيە من شايستە نىم.» ئەمانە ھەمووى بىر كىردنەوھى نەرىنىن لەبارەى خۇتەوھە. زۆر كەم و نزم لە خۇدى خۇت دەرۋانىت. بەم چەشنە سارىژبوونەكە دوا دەكەوئىت.



### زور سەرزەنشکردنی خود:

شتیک روودەدات، شتەکان بە باشی بەریوە ناچن، یاخود شتیک لە دەست دەدەیت، کە لات خوشەویستە و دواتر سەرزەنش و لومە ی خوت دەکەیت. «ئەو هەلە ی منە.» «بەهۆی هەلە یەکی منەو بوو» ئەو هەش دەبیتە هۆی دواخستنی ساریژبوونەکە. زور سەرزەنشکردنی خوت، یاخود لە ناخەو لومە ی خوت بکەیت، کاریکی هەلە یە.

### قبوولنەکردنی راستییەکان:

یەکیک لە گرتەکان ئەو یە بارودوخیک قبوول ناکەیت کە روویداو، ئەمە دەبیتە هۆی دواخستنی ساریژبوونەکە. لە پەرتووکی «چون دلیکی شکاو ساریژ دەکریت؟»، کە نووسەرەکە ی دەروونناسیک، باس لە چەند حالەتیک جودای نەخوشییەکانی دەکات کە لە ماوێ بیست سالدا روویانداو. یەکیک لە نەخوشەکانی دەلیت: بە تەواوی دلی شکاو، چونکە لە پەیوەندییەکی خوشەویستیدا بوو و وا پیشبینی کردوو هەوسەرگیری لەگەڵ ئەو پیاویدا دەکات، وەلی لەجیاتنی خوازیبێنکردنی، پیاوێکە پەیوەندی لەگەڵدا پچراندوو. دەروونناسەکە باس لەو دەکات چۆن ئامۆژگاری کردوو و پێی وتوو یەکیک لەو شتانە ی ساریژبوونی دوا دەخات، بریتی یە لەو ی هۆکاری دابرا ن و جیا بوونەو کە قبوول نەکات. ئافەرەتە کە ئەو هۆکارە رووکەشە ی قبوول نەبوو کە پیاوێکە باسی لیوێ کردوو، وا بیر ی کردو تەو هۆکاریکی تری شاردراو هە یە و نزیکە ی دوانزە مانگی بەسەر بردوو تاکو ئەو هۆکارە ی بو ئاشکرا بیت. بۆ یە ئیستای پویستە ببیتە پشکنەر ی نیک تاکو هۆکاری راستەقینە ی جیا بوونەو کە بزانی ت.

جگه له قبولکردنى نهو هوکاره‌ی پیاوه‌که خستیه روو «هسته‌کانم هیچ زیادیان نه‌کردووه بوت.» ئافره‌ته‌که بیرى کرده‌وه، «نه‌خیر، ده‌بیت هوکاریکی تر هه‌بیت.» و پهریشان بوو بو دوزینه‌وه‌ی نهو هوکاره. بیرى له کوتایى هه‌فته‌ی رابردوو کرده‌وه و بیرى له‌وه ده‌کردووه چى هه‌له‌یه‌کی کردبیت، ده‌بیت شتیکی جیاوازی وتبیت، سه‌رزهنشتى خوى ده‌کرد، یاخود «ره‌نگه من شیاوی نه‌مه، یاخود نه‌وه نه‌بووبم».

نه‌وه‌ی نه‌نجامی دها، هوکاری دواخستنی ساریژبوونی بوو، چونکه هیچ ئاماده نه‌بوو راستیه‌کان قبول بکات. کاتیک پشکنه‌ریک که‌یسینک داده‌خات، نه‌وه کوتایى به‌بابه‌ته‌که دینن. نهو ئافره‌ته که‌یسه‌که‌ی دانه‌خست و هیشتا کراوه بوو. هاوشیوه‌ی برینیکی کراوه و نه‌م دۆخه‌ی به‌سه‌ر خۆیدا هینا.

به‌پینی وته‌ی ده‌روونناسه‌که وه‌ک نه‌وه‌بوو ئافره‌ته‌که بیه‌ویت به‌لگه به‌ده‌ست به‌نینیت. به‌لگه‌ی نه‌وه‌ی چى هه‌له‌یه‌کی هه‌بووه؟ له‌برى تیگه‌یشتن له‌وه‌ی مه‌به‌ستی بووه، نهو هیچ هه‌ستیکی نییه. کوتایى هات. بۆیه قبولکردن یه‌کینکه له ئامرازه‌ گرنگه‌کانی ساریژبوونت. کاتیک که‌سینک قبولی راستیه‌کان ناکات، ده‌بیته هوی دریزبوونه‌وه‌ی پرۆسه‌ی ساریژبوونه‌که.

وه‌کو باوه‌رداریک کاتیک نه‌مه ده‌خوینیته‌وه، یاخود گوینبستی ده‌بیت، بزانه ئامرازیک له ئایینه‌که‌ماندا هه‌یه. ئامرازیکى رۆحیمان هه‌س تاكو له‌م گرفته‌دا هاوکارمان بیت. نه‌وه‌ش «قدر الله و ما شاء فعل.» په‌روه‌ردگار ویستی له‌سه‌ره و نهو کاره ده‌کات که ویستی له‌سه‌ره. له‌باوه‌رمان و عه‌قیده‌ماندا هه‌ندیک شت هه‌ن، که نه‌ده‌بوو پرووبده‌ن. قبولکردنى نه‌وه له زوو ساریژبوونت، یارمه‌تیت ده‌دات. نه‌وه نه‌ده‌بوو پرووبدات و بۆم باش نه‌بوو و خیری تیندا نه‌بوو.

ئەو ئامرازە روحيه مان هەس، چونکە دەزانين پەرورەدگار رانايە بە هەموو شتيک و داهاتوو. پەرورەدگار دەزانيت ئيمه نازاين و هەندیک جار شتانيکمان دەويت خيري تيدا نيه بۆمان. ئيمه وەکو باوەردار ئەمە دەزانين. وەکو پەرورەدگار لە قورئاني پيروزدا ئاماژەي پي دەدات و دەفەرمويت: «هەندیک جار پەقمان لە شتيکە و خيري تيدايە بۆمان، هەندیک جار شتيکمان خوش دەويت و خراپە بۆمان. پەرورەدگار زانايە و ئيوە نازانن».

ئەو ئامرازيکی فرياکوزاري سەرەتايي گرنگە لە سارپيژبوونماندا. پيوسته درک بەم پراستيه بکەين و گومانمان نەبیت پەرورەدگار لە ئيمه زانترە. پەنگە شتيکمان ويستيت و خيري تيدا نەبوويت بۆمان. تاكو زووتر ئەو پراستيه قبول بکەيت، زووتر و خيراتر سارپيژ دەبیت. ئەو کەسانەي نکولي لەو پراستيه دەکەن و قبولي ناکەن، سارپيژبوونە کەيان دوا دەخەن.

### مامەلە کردن لە گەل لە دەستداندا:

ئەمە چي دەگەيەنیت؟ لەبیرکردني هەموو خراپيه کاني کە سەکان و دۆخەکان و یادکردنەوێ چاکەکانيان. بۆ نموونە کەسيک دلت دەشکينيت و زۆر خراپە، بەلام لە کۆتاييدا هەموو مامەلە خراپەکانيان ديار نامينيت. تەنها چاکەکانيان ياد دەکەيتەو. پيش هەموو شتيک ئەمە فيلکردنە. يەکیکە لە فيلەکان کە هزرت لە خۆتي دەکات و سارپيژبوونە کە دوا دەخات. نەک ئەوێ بیکەيتە نموونەي، وەلي وا هەست دەکەيت ئەو شتە کامل و بيخەوشە.

ئەم دەرووناسە بە نەخۆشە کاني دەوت ليستیک لە سيفتە خراپە کاني ئەو کەسە بنووسن کە دلياني شەقار شەقار کردووە. پرسياریک بوو لە بارەي کەسيک کە لە پەيوەنديه کي هاوسەري

خراپدا بوو و دواتر جیا بوویهوه، ئافرهتهکه هاوسه رگیری له گهل  
پیاویکی تر کردهوه که باش و چاک بوو، به پنی قسه ی نهو  
که سه ی پرسیاره که ی کردووه، ئافرهتهکه هینشتا هستی بو میرده  
سته مکاره که ی پیشوی هیه.

یه کیک له هوکاره کان نهو هیه هزرت فیلت لی دهکات. هه موو شته  
خراپه کان دهسریته وه و کالی دهکاته وه. ئیمه له یادیان دهکه یین و  
تهنها یادی چاکه کانیاں دهکه یینه وه. رهنگه بیته هو ی چاکه ی زیاتر  
و زوریان بکات.

بویه دهرووناسه که دهیوت: «لیستیک بنووسه.» هه موو  
راستییه کان له باره ی که سه که وه بنووسه. هه ر کاتیک هزرت  
ویستی فیلت لی بکات، نهو لیسته ده ربهینه و بیخوینه وه. نه مهش  
راستییه کانت بیر دهخاته وه.

### قسه کردنی نیو توره کومه لایه تییه کان

پینگای دواتر بو دواخستنی ساریژبوونمان، بریتییه له قسه کردن  
له پنی توره کومه لایه تییه کانه وه له گهل نهو که سانه دا. نه م بابه ته  
زور جینی سه رنجه، به چه شنیک به شینکی ته وای نه م په رتوو که ی  
گرتوته وه.

شته که بی زهره ر و زیان ده رده که ویت، وه لی به داخه وه بی  
زهره ر و زیان نییه. ساریژبوونه که ت زیانت پی ده که یه نیت له  
پنی قسه کردن له گهل نه م پیاوه دا له پنی فه یسبووک، ئینستاگرام،  
تویته ر و سنایچاته وه. به داخه وه ملیونان پینگه ی جیاواز هه ن بو  
قسه کردن له گهل که سینکا له پنی توره کومه لایه تییه کانه وه. نه وه  
گرفته که یه. چه ندین پینگه و شیوه ی جیاواز هه ن و به کاره یینانیاں  
ساده و ئاسانه.

دەتوانىت بە ئارامى لە مالەوہ دانىشىت و قسە لەگەل ئەم کەسەرا بکەيت، بى ئەوہى کەسى دى بزانيت. با پىتبلیم ئەمە وەکو چى دەردەکەويت. ئەمە چەشنى کەسىكى ھۆگرە بە ماددەى بىھۆشکەر کە ھەر جارە و برىک لە ماددەى بىھۆشکەر بەکار دىنيت. برىک بەو چەشنەيە. ئەمە وەکو خوازە و لىکچوواندن بەکار ناھىتم. کاتىک ھوگرى کەسىک دەبىت و کارىگەرى دەکاتە سەر ھزر و مىشکت. چەشنى ماددەيەكى بىھۆشکەرى وەکو ھىروىن و کۆکايىنە.

کاتىک لەبەر ھەر ھۆيەک بىت پەيوەندىيەکەتان ھەلدەوہ شىتەوہ و کوتايى دىت، دەکشىتە داوہ. ئەوہ نىشانە بايۇلۇجىيەکانى کشانەوہيە. دۆپامىن و ئەوہى پرودەدات شتىكى کىمىايىيە لە مىشکدا ئىستا لەدەستت داوہ، چەشنى کەسىک لە ماددەى بىھۆشکەر دادەبرىت. ئەوہ لە مىشکدا دەردەکەويت. کەسىكى ھوگرىت بە ماددە بىھۆشکەرەکان و ئىستا لىتى دابراويت.

بۆيە رۆيشتن و قسەکردن لە رىي تۆرە کۆمەلایەتییەکانەوہ، کارىكى ژىرانە نىيە. چەشنى ھۆگرەبوويەكى ھىروىنە، کاتىک دەروات و برىک ماددەى ھىروىن بەکار دىنيت. تۆ خەرىکە واز لە ھىروىن دىنيت، بۆيە نابىت بە ھىچ شىوہيەک نزىكى ھىروىن ببىتەوہ. ئەگەر ئارەقخۆرىت و وازت لە ئارەق ھىناوہ، نابىت نزىكى ئارەق ببىتەوہ و چەند قومىک ھەلچۆرىت. ئەگەر وازت لە جگەرەكىشان ھىناوہ، نابىت بە ھىچ جۆرىک نزىكى جگەرە ببىتەوہ.

ئەمە ئەو شتەيە خەلکى ئەنجامى دەدات کاتىک درک بەوہ ناکەن خەرىكى چىن و چى بەسەر خۆياندا دىنن. چەشنى ھۆگرەبوويەكى ماددەى بىھۆشکەرە دەروات بۆ ماددەى بىھۆشکەر و بەردەوام برى پىويست بەکار دىنيت. کەواتە چۆن بەو چەشنە واز لە ھۆگرەبوون و ئالودەبوونت دىنيت و سارپىژ دەبىت؟ وەلامەکە برىتییە لەوہى واز



لە ھۆگر بوونەكەى ناھىنىت. دەيىنىت ئەم كەسە بۇ ماوھىەكى زور چەقبەستوو دەيىت. بۇچى؟ وەلامەكە زور سادەيە. ئەگەر كەسىك ھۆگرى ماددەى بىھۆشكەر بوويىت و بەردەوام برى پىويست لەو ماددەيە بەكار بەيىت، ھەرگىز واز لە ھۆگر بوونەكەى ناھىنىت و سارپىژ نابىت.

پىويستە ھاوشىوھى ھۆگر بوونى ماددەى بىھۆشكەر، مامەلەى لەگەلدا بكەيت. پىويستە راستەوخو واز لەو پەيوەندىيە بەيىت، چەشنى وازەينان لە ماددەى بىھۆشكەر. ناتوانىت لە رىي تۆرە كۆمەلايەتییەكانەوہ قسە لەگەل ئەم كەسەدا بكەيت. پىويستە بلۇكيان بكەيت و بيانسرپىتەوہ و لە ھاورپىيەتى لايان بدەيت. پىويستە ئەو كارانە ئەنجام بدەيت كە ئاماژەم پى داوہ، ئەگەر تەندروستى و سەلامەتى خۆت لا گرنگە.

بەداخەوہ ئىمەى مروڤ شتانىكى زور دەكەين كە خۆلەناوبردەنە. ملكەچى ئارەزووہكانمان دەيىن، بەلام دواتر تووشى ئىش و ئازار دەيىن. شتەكە پروونە؟

پىويستە رىسايەكى زور توند و پتەوت ھەيىت لەبارەى پچراندنى پەيوەندىيەكانەوہ. ئەمە تەنھا قسەى من نيە. دەروونناسىك ھەمان شت دەليتەوہ. قسە لەگەل ھۆگر بوويەكى ماددە بىھۆشكەرەكاندا بكە و لىي بپرسە «پىويستە چى بكەيت تاكو واز لە ماددەى بىھۆشكەر بەيىت؟» پىت دەليت نابىت دەرفەت و ئاسانكارىت بۇ برەخسىت تاكو ئەو ماددەيە بەكار بەيىت. نابىت و ناتوانىت قومە ئارەق بنۆشيت، ئەگەر دەتەوينت واز لە ئارەق بەيىت.

بزانە ئەوہ پىويستى بە پرۆسەيەكە و سەخت دەيىت، چونكە ئەوہ كشانەوہ و وازەينانە. دەتوانىت تىيدا سەركەوتوو بيت ئەگەر زيان بە سارپىژبوونى خۆت نەگەيەنيت. بلۇكى بكە، لە ھاورپىيەتى

لاى بىدە و بىسرەوۋە. زۆر توند و پابەند بە لەو كارەدا تاكو نەتوانىت ئەو ماددە بىنھۇشكەرە بەكار بەيىتتەوۋە.

يەككىك لەو خالانەي پەيوەستە بە قسەكردىنى سەر تۆرە كۈمەلايەتتەيەكانەوۋە، برىتتەيە لەوۋەي ھەموو ئەو شتانەي ئەو كەسەي بىر دىتەوۋە تەنھا ئىرژنىكى فۇتۇشۇپى و گۆردراون. چەندەھا جۆرى فلتەر ھەن، بۆيە ھەموو ئەو شتانەي دەيىيىت لەبارەي ئەم كەسەوۋە فلتەرى لى دراوۋە و گۆردراوۋە، جا شىۋە و پووخسارىان بىت، ياخود شىۋازى ژيانىان بىت. وىنەي خۇيان بلاو ناكەنەوۋە كاتىك لەگەل ھاوسەرەكەياندا شەر دەكەن. وىنەي ئەو تاقىكردەنەوۋەيەيان بلاو ناكەنەوۋە كە تىيدا كەوتوون و شكستيان ھىناوۋە. وىنەي ئەو شتە خراپانە بلاو ناكەنەوۋە كە پوودەدەن. وىنەي ئەو كاتانە بلاو ناكەنەوۋە كە مندالەكانىان خراپ پەفتار و شەرانىن. ئەو وىنانە بلاو دەكەنەوۋە كاتىك مندالەكانىان قورئانى پىروژ لەبەر دەكەن، كاتىك خۇي و ھاوسەرەكەي راوۋەستاون بۇ وىنەي سىلفى و ھەموو شتىك كامىل و بى خەوشە.

لەناو تۆرە كۈمەلايەتتەيەكاندا ژيانىكى كامىل و بى كەموكورىت ھەس، ھاوسەرى باشت ھەس، پووخسار و پىستى ناسك و جوانت ھەس، ھىچ كەسىك لەسەر تۆرە كۈمەلايەتتەيەكان شەر ناكات. ئەوۋە راستەقىنە نىيە، ئايا ئەوۋە فىلكردن و خەلەتاندەن؟

ھەموو ئەو شتانەي دەيانىيىنى راستەقىنە نىن، نەك ئەوۋەي تەنھا ھۆگربوونەكەت زىاد دەكات، وەلى زىاتر ئەو شتەي لەناو دەچىت و لەدەست دەچىت، نموونەيى و كاملىتر پىشان دەدات، چونكە ھەموو ئەو شتانەي بلاوى دەكەنەوۋە، ساختەن و گۆردراون و فىلتەر كراون. بۆيە زۆر نموونەيى و كامىل دەردەكەون. واز لەوۋە بەيىنە، چونكە ئەوۋە خودى خۇت لەناو دەبات.

ئامرازىك ھەيە يارمەتى مروڧقەكان دەدات، سارپىژ بېن. شتىكە تەنھا باۋەرداران ھەيانە. جگە لە ئامرازى گەرانەۋە لاي پەرۋەردگار كە پەرچوناسا سارپىژ دەكات، لە پەرتوۋكى «دلت بېنەۋە»، بەشىك ھەيە بە ناۋى «كەۋتنە خۆشەۋىستى شتە راستەقىنەكە».

باس لەۋە دەكات خىراترىن رېگا بۇ لە يادكردنى كەسىك، برىتىيە لە دۈزىنەۋەى كەسىكى دى. كەسىك لە ياد دەكەيت، كاتىك كەسىكى باشتىر دەدۈزىتەۋە. كاتىك شتىكى باشتىر دەدۈزىتەۋە، دواتر ئاسان دەبىت ئەۋ شتە لە ياد بكەيت كە لە دەستت داۋە، گرنگ نىيە چى شتىك بووبىت.

بۇ نموونە مندالىك ئۆتۈمبىلىكى مندالانە دەبىنىت و ئارەزوۋى دەكات. خوشۋىستىن لە يەكەم دىداردا. ئىستا مندالەكە ھۈگرى ئەۋ ئۆتۈمبىلە بوۋە. ھەموو پۇرژىك داۋا لە دايك و باۋكى دەكات و دەلىت: «ئەۋ ئۆتۈمبىلە مندالانەيەم دەۋىت.» «تكاىە ئەۋ ئۆتۈمبىلەم بدەنى» بەردەوام تەنھا بىر و خەيالى لاي ئۆتۈمبىلەكەيە. لە كۆتايىدا دايك و باۋكى ئۆتۈمبىلەكەى دەدەنى. ئەۋە خوشترىن ھەستە لە جىھاندا. ھەۋل بدە ئەۋ ئۆتۈمبىلە مندالانەيەى لى ۋەربگرەۋە. ۋا بىر دەكاتەۋە جىھان كۆتايى پى ھاتوۋە. ئەى چى ۋوودەدات كاتىك ئەۋ مندالە گەۋرە بىت و ئۆتۈمبىلىكى راستەقىنە بىنىت؟ ھۈگرىيەكەى بۇ ئۆتۈمبىلە مندالانەكە چى بەسەردا دىت؟ زۇر ئاسان و سادەيە، ئۆتۈمبىلە مندالانەكە لە ياد بكات، چونكە شتىكى باشتىرى بەدى كىردوۋە.

ئەمە يەككىكە لەۋ ئامرازانەى باۋەرداران ھەيانە، بۇچى؟ كاتىك خوشەۋىستى پەرۋەردگار لە دل و دەروونماندا دەچەسپىت، كاتىك پەرۋەردگار و بەدىھىنەرمان دەبىتە خالى بىنچىنەيىمان، ھۈگرىيەكانمان بۇ دروستكراۋەكان ئاسانتر و ساناتر لە ياد دەچن ئەگەر پىۋىست

بەيت. چەشنى ئەو ەى مەدالەكە ئۆتۈمبىلە مەدالانەكەى لە ياد كەرد،  
چۈنكە ئۆتۈمبىلىكى راستەقەينەى بەدى كەرد.

باشترىن ەۈكارى سارىژبوون بىوانىت ئەنجامى بەدىت، بىرىتىيە  
لە وابەستەبوونى زىاتىرت بە پەرۈەردگارەو، چۈنكە بە ەىچ  
چەشنىك پەرۈەردگار بە دروستكراۋەكانى، بەراۋرد ناكىرىت.

ساناترىن رىگاكانى لەيادكەردنى شتەكانى دونىا بىرىتىيە لە  
خوشوئىستنى ژيانىكى باشتر. كاتىك دەكەۋىتە خوشەۋىستى ژيانىكى  
باشترەو، كە ژيانى دوايىە دەتۈانىت ۋاز لە ژيانى ئەم دونىايە  
بەينىت، چۈنكە ەك دەلىن: ژيانى ئەم دونىايە لەنىو دەستەكانىاندایە  
ۋ ژيانى ئەو دونىاش لە قوۋلاىى ناخ ۋ دلىاندایە.

بۇ نمۈنە ھاۋەلانى پەيامبەرمان (ﷺ)، بەھەشتىان دەبىنى ۋ  
كەۋتبوونە خوشەۋىستى بەھەشتەو. بۆيە كاتىك داۋايان لى  
دەكرا دەستبەردارى سەرۋەت ۋ سامان ۋ ژيانىشىان بىن ۋ بىكەنە  
قوربانى، بى دوۋدىلى دەيانكەرد، بۆچى؟ چۈنكە شتىكى باشترىان  
بەدى كەردبوو. ەۈگربوون ۋ وابەستەبوون بەم دونىايەو بە  
شئوۋەيەكى سىروشتى بەرەو لاۋازى ۋ كالبوونەو دەچىت.

### ۋابەستەبوونى يادەۋەرىيەكان

يەكىك لەو شتانەى سارىژبوونت دۋادەخەن، بىرىتىيە لە  
دەستگرتن بە زۆرىك لەو شتانەۋەى كەسىك، ياخۇد شتىكى  
لەدەستچوومان بىر دەخەنەو. كەۋاتە ئەگەر يادخەرەۋەكانى ئەو  
كەسە، ياخۇد ئەو شتەى لەدەستمان داۋە ۋ بىرى ئەو شتانەى  
دەستمان پىۋە گرتوۋە زىاتىر بىت، چەشنى كەسىك دەبىن تۈنىژى  
سەر بىرىنەكەى ەلەكەنىت.

دەزانىت جەستە پىۋسەيەكى سىروشتى سارىژبوونى ەس.

## گولجنى ئەوين

برېنىك لە جەستەت دروست دەيت، چى روودەدات ئەگەر يەكك  
بىت لەو كەسانەى بەردەوام تويژى سەر برىنەكەى ھەلدەكەيت؟  
چى دەگوزەرىت ئەگەر ئەم سارپىژبوونە دوابخەيت؟ ھەندىك  
جار ئەمە روودەدات كاتىك برىكى زۆر لە يادخەرەوكان لە دەورى  
خۆماندا كۆ دەكەينەو.

ھەندىكجار وابەستەى ئەم يادەوەرمانە دەبين، چونكە بە  
نیشانەى دلسۆزى و وەفای دەزانين، بۆ نموونە لە كاتى مردنى  
كەسنىدا ھەست دەكەين بىوفا و نادلسۆزىن بۆى، ئەگەر ھەندىك  
لە كەرەستە و شمەكەكانى وەكو يادەوەرى ھەلنەگرين. وەلى لە  
راستىدا زۆر يادكردنەوە كوشندەيە. چەشنى ھەلكەندى تويژالى  
سەر برىنە. بەھۆى بىرخەرەو بەردەوامەكانەو، ناھىلىت برىنەكە  
سارپىژ بىت.

كەواتە گرنگە بەشىك لە پرۆسەى سارپىژبوونەكە برىتیبىت لە  
دەستبەرداربوونى ئەم شتانە و يادخەرەوانە.

ھەندىكجار دەمەويت لە يادمان بىت ئەگەر دواى تىپەرىنى شەش  
مانگ دركت كرد ھىچ پىشكەوتنىك لە سارپىژبوونتدا نىيە، رەنگە  
ماناي ئەوە بىت ھەندىك شت ھەن سارپىژبوونەكەت دواەخەن.  
ھەرودھا ئەمەش لە لايەن دەروونتاسانەو ئەماژى پى دراو.  
زاراوەيەكيان بۆ ئەم دۆخە ھەيە، بەلام بە گشتى چى دەيت ئەگەر  
ئەم پرۆسەى خەمخواردنە لە رىپرەوى سەرەكى خۆى لابات؟  
ئەمە ماناي ئەوە نىيە شەش مانگ تىپەرىو و پىويستە سارپىژ  
بىت. ماناي ئەوەيە كەسىك ھىچ بەرەوپىش نەچوو. تەنانەت دواى  
تىپەرىنى شەش، نۆ ياخود دوازە مانگ ھەر لە ھەمان دۆخدان.  
بە تىپەرىنى كات پرۆسەى سارپىژبوونەكە پىويستە بە  
شىوہەيەكى سروشتى بەرەوپىش بچىت، بەلام ئەگەر شتانىك بەكەين



بو دواخستنى سارىژبوونەكە، ئەوا ھىچ بەرەۋپىشچوونىك بەدى  
 ناكەين، ھەندىك جار خەلكى توۋشى چەقبەستوۋىي دەبن.  
 ئەگەر خوت لەو دۇخەدا دۇزىيەۋە، پىۋىستە لە ناخى خوت ورد  
 بىتەۋە، ياخود ھاۋكارى دەست بخەيت و درك بەۋە بگەيت چى  
 شتانىك ھەن بتوانىت لە رەفتارەكانتدا بىگۈرپىت تاكو بەرەۋپىش  
 بچىت. درك بەۋە بگەيت ئەۋە شتىكى باشە لە كۆمەلگاگەماندا  
 ھەمانە. ھىچ جىنى شەرم نىيە لە دەستخستنى يارمەتى و ھاۋكارىدا،  
 ۋەلى شتىكە زور بە رۇدەۋە ئامۇژگاريت دەكەم ئەنجامى بدەيت،  
 بو كەسىك بدوئى، ھاۋكارى دەست بخە بو سارىژبوون، ۋەرگرتنى  
 چارەسەر يەككىكە لە باشتىن شتەكان بتوانىت ئەنجامى بدەيت،  
 چونكە دەزانىن لە ئايىنەكەماندا گرتتەبەرى ھۆكارەكان، ياخود  
 بەستەۋەى وشترەكەمان بەشىكە لە پەرسىشەكەمان.

كاتىك كەسىك نەخۇش دەكەۋىت، دەروات بو بىنىنى پزىشك و  
 ۋەرگرتنى دەرمان. ئەگەر دەتەۋىت پارە و بژىۋى ژيان پەيدا بگەيت،  
 بىرۋ و بەدۋاى پىشەيەكدا بگەرپى. زانست و زانىارىت دەۋى، بىرۋ  
 بخوینەۋە. شتانىك ھەن پىۋىستە ئەنجامىان بدەين. ئەۋە بەشىكە لە  
 بەستەۋەى وشترەكە.

لە كاتى برىندا، ياخود دلشكان و لەدەستداند، ھەندىك جار  
 پىۋىستى بە دەستخستنى چارەسەر، ياخود راۋىژە، بزانە ئەۋە  
 بەشىكە لە پەرسىشەكەمان.



بەندى چوارەم

## خۇپاراستن چاكتره له چارهسە كردن

لەم دوايىيەدا چەند رىنگەيەك لە كۆمەلگاكەماندا باوہ كە دەبنە  
هۆى دلشكانى زياتر، ئەو رىنگەيانە چىن؟  
كورىك و كچىك هەن ئارەزووى دۈزىنەوہى ھاوسەرىك دەكەن،  
چۈن دەيدۈزنەوہ؟ ئەو ھۆكارانە چىن دەيگرىنە بەر بۇ دۈزىنەوہى  
ھاوسەرى ژيانمان؟

ئىستا دياردەيەكى بىمانا ھەيە، كچان و كوران دەست بە  
قسە كردن دەكەن، ياخود با ناوى بنىين يەكتر ناسىن. واتا لە  
دەرەوہى خىزانەكانيان و دايك و باوكيان، بە تەواوى يەكترى بناسن.  
تەنھا كچە و كورە پىكەوہ قسە دەكەن. گرفتەكە لەوہدايە ئىستا ئەو  
دياردەيە زۆر بەربلاو بووہ. بە مانايەكى تر ئەوانە رژد نىن و  
بەدواى ھاوسەرىگىرى راستەقىنەدا ناگەرىن، چونكە لە ئايىنەكەماندا  
ھاوسەرىگىرى تاكە رىگەى شەرى پەيوەندى رۇمانسىيانەيە.  
پەيوەندى رۇمانسى شەرىيمان نىيە جگە لە ھاوسەرىگىرى. ژوان  
نابەستىن.

وادیاره ئیمه ئهم چه مکه له دهست دهدهین و دهچینه نیو کولتووری ژوانبه ستنه وه، به لام شیوازی مسولمانانه بریتییه له «تهنها دهمانه ویت یه کتری بناسین، یاخود تهنها هاوریین.»<sup>۱</sup> په روهردگار ژن و پیاوی به چهند تایبه تمه ندیه کی دیاریکراوه وه خولقاندووه. ئهو سروشتهش بریتییه له وهی ئاره زوویه کی سروشتی و فیتری ههیه له نیوان ژن و پیاودا و ئهو ئاره زووه ییش پلاتونی<sup>۲</sup> نییه. وانه خولقینراوه پلاتونی بیت. ئه گهر په رویه ک به سستیت به چاوته وه و واخوت دهربخهیت، ئهو سروشته ناگوریت که په روهردگار خولقاندویه تی. ژنان و پیاوان سهرنجراکیشانی پلاتونیانه نییه له نیوانیاندا. هاوریکهت که له په گهزی به رامبه ره، هاوشیوهی هاورینی هاوره گهزی خۆت نییه.

گرفته کهی تر ئه وهیه، کاتیک که سینی دی ده ناسیت و چه شنی ژوانیکی لی دیت. کهس لهو نیوهنده دا نییه، کاتیک ده تانه ویت یه کتری بناسن، به مه به سستی هاوسه رگیری. له راستیدا ئهم که سانه تهنها ئاره زووی قسه کردن ده کهن و زۆریکیان رژد نین له بابه تی هاوسه رگیریدا. ئه گهر که سیک رژد بیت له باره ی هاوسه رگیریه وه، ئه و زۆر زوو ده چنه ناو پرۆسه که وه. له بری ئه وه چی روودهات؟ ماوهیه کی زۆر تیده په ریت و پرۆسه که به ره و پیش ناچیت.

نه ریتیک ههیه پتویسته بیووژینییه وه. کاتیک که سیک رژد ده بیت له مه سه له ی هاوسه رگیریدا، ده رۆنه لای باوکی کچه که. ئه وهش رژدی له مه سه له ی هاوسه رگیری و ریز به رامبه ر کچه که ده رده خات. چوونه لای باوکی کچه مانای ئه وه نییه سبه ی ماره ی بکهیت،

۱ - مه به ست لینی موسلمانان فیری کولتووریکی هه له و ناشه رعی بوون که بریتییه له گفتوگۆی زۆر له نیوان ههردوو په گهزدا به بیانووی یه کترناسین، یاخود رازیبوون به هاورینییه تی یه کتر.

۲ - پلاتونی: خوشه ویستی رۆحی.

تەنھا ماناي ئەوھىيە رىز لە كچە و خوت دەگرىت. دەرىدەخات تەنھا كات بەسەر نابەيت و بە مەبەستى قسەكردن و ژوان پەيوەندى نابەستىت.

دەتەويت رى بگرىت لە دلشكانى زياتر، بە شىنوهىيەكى جىاواز بوى برۆ. ئەگەر كەسىك بۆ ماوھىيەكى زۆر قسەى لەگەل كردىت و هىچ باسىكى بىنىنى باوكت و قسەكردن لەگەل خىزانەكەتدا نەھاتە گۆرى، بزانه ئەوھ ئالاي سوور و ئاگادار كوردنەوھىيە.

ئەوھى پىويستە بىكەين گەرانبەوھىيە بۆ ئەم سنوورانە. بىر لە مندالىك بگەرەوھ لە مالىكدايە و ئاگر، پلىكانە، فەرن و زۇپا و چەندىن شتى مەترسىدار لە مالەكەدايە. چى دەكەيت بۆ پاراستنى ئەو مندالە؟ بەرەبەست و سنوور دادەنىيت. پەرورەدگار شىھەمان كارى كردووە لەگەلماندا. چەندىن بەرەبەست و سنوورى داناوھ تاكو بمانپارىزىت. ئەوھ لەپىناوى پەرورەدگار و پاراستنىدا نىيە، وەلى بۆ پاراستنى ئىمەيە.

كاتىك پەرورەدگار باسى زىنا دەكات، بوونى پەيوەندى لە دەرەوھى ھاوسەرگىرىدا، نافەرموئىت: «زىنا مەكەن»، بەلكوو دەفەرموئىت: «نزىكى زىنا مەكەون». ئەمەش دوو دەرپرېنى تەواو جودان. بە تەنھا نافەرموئىت مەكەونە نىو تاوانى زىناوھ. دەفەرموئىت نزىكى زىنا مەكەون. بە مانايەكى تر، ئەگەر زۆر نىگەرانى سەلامەتى مندالەكەم بم، پىنى نالىم: «برۆ نزىك ئاگرەكەوھ يارى بكە، تەنھا وريابە نەسووتىي. بەلكوو دەلىم: «مەبرۆ نزىكى ئاگرەكەوھ، چونكە دەتسووتىنىت.» پەرورەدگار شىھەمان چەشنە بە ئىمە دەفەرموئىت. پەرورەدگار پىنى فەرمووين: «نزىكى ئەو ئاگرە مەكەون»، چونكە دەتانسووتىنىت. چەندىن برىنى دەروونى و ھەستى و دلشكان ھەن كە هىچ پىويست نىن و دەكرىت رىگرىان لى بگرىت.

ناوچه يه کی به رفراوانی زینا هیه که ناکه ویتته تاوانی زیناوه مه گهر سهره تا نژیکی بکه ویتته وه. په روه ردگار سنوور و بهر به سستی داناوه بو نه وهی بمانپاریزیت. یه که مجار سنوور یکی داناوه به نیوی نزمکردنه وه و داخستنی چاوه کانمان. ناکه ویتته نیو تاوانی زیناوه نه گهر سهرنجه کانت نزم بکه ویتته وه و ته ماشا نه که یت. ناکه ویتته نیو زیناوه نه گهر سهره تا ته ماشا نه که یت. هه موو شتیک له نیگایه که وه ده ست پی ده کات.

شیوازی پوشینی جلوبه رگ و رفته ارمان و یاسای په یوه ندی نیوان هه ردوو ره گهن، نه مانه سنوور و بهر به سستن بو پاراستنی نیمه دانراون.

له فهرمووده یه کی سه حیددا پیمان و تراوه، نابیت ژن و پیاو پیکه وه له خه لوه تدا بن به ته نها. هه ر کاتیک ژن و پیاو یکی نامه حرهم پیکه وه له خه لوه تدا بن، شه یتان سییه میان ده بیت.

ناکه ویتته نیو تاوانی زیناوه، نه گهر به ته نها له گهل نامه حرهم ینکدا نه بیت. که واته نه مانه هه موو نه وه هنگاوانه ن که په روه ردگار دایناوه. وه لی نیمه دین و هه موو سنوور و بهر به سسته کان ده به زینین. به م چه شنه ده که وین و نه مهش کاریکی گه مژانه یه. پیویسته له رنی پاراستنی سنوور و بهر به سسته کانی په روه ردگار وه، خوت بپاریزیت. کاتیک دیتته باسی په یوه ندی دهره وهی هاوسه رگیری، نه گهر نیمه وهک کولتوور نه م بهر به ست و سنووران له لابه دین، به هوئی نه وه وه یه ده سووتین. پیویسته بکه رینه وه و نه م سنووران له بنیاد بنینه وه. هه موو نه وه سنووران له بو پاراستنی خودی خومانن.

پیم وایه پیویسته نه م کولتووره بگوړین. پیویسته بکه رینه وه بو قسه کردن بو وه لی نه مری که که و باوکی و جدی بین له مه سه له ی هاوسه رگیردا.





جۈرىكى تايىبەتى دىشكان ھەس، ھاودەم لەگەل رەچەتەيەك  
بۇ ئەو جۆرە دىشكانە. ئەويش پروودەدات، كاتىك كەسىك بەھۋى  
مەرگەۋە، لە دەست دەدەيت.

پىسايەكى تايىبەت ھەيە، پەيامبەر موخەممەد (ﷺ)، پىنى  
بەخشيۋىن. ئافرەتىك ھەبوو بە ناۋى ئوم سەلەمەۋە و مىردەكەي  
لە دەست دابوو. زۆر ھۆگر و ئاشقى مىردەكەي بوو، ئەوان لە  
دەستەي كۆچكەران بوون. ئوم سەلەمە زۆر دىشكاو بوو كاتىك  
مىردەكەي لە دەست دا.

پەيامبەرى نازدار نزاىەكى تايىبەتى فېر كرد، تاكو بىخوينىت  
و پىنى فەرموو ھەركاتىك ئەم نزاىە بكات پەرۋەردگار شتانىكى  
باشترى پىن دەبەخشىت.

ھەندىك جار كاتىك شتىك بە ھاوسەرىكى دىشكاو دەلىت  
لەبارەي بە دەستەينانى شتانىكى باشترەۋە، رەنگە بلىت: «نەخىر،  
نامەۋىت ھاوسەرگىرى لەگەل كەسى دىدا بكم. ھىچ كەسىكى  
باشتر نىيە.» رەنگە ئەمە راست بىت، بەلام ماناي ئەۋە نىيە ئەو

شەئەى باشتر بىت، پىويستە تەنھا مروۇف بىت. ئەوھى باشترە رەنگە پاراشتىك بىت لەم ژيانەدا، ياخود رۆژى دوايىدا. رەنگە نزيكى بىت لە پەروەردگارەوھ. دەكرىت چەندىن شت بگريتهوھ. مەرج نىيە ماناى ئەوھ بىت هاوسەرگىرى لەگەل كەسىكى باشتردا دەكەيتەوھ. لە نزاكەدا تەنھا ئاماژە بە شتىكى باشتر و خىرتەر دەكات. مەرج نىيە مەبەستى لە هاوسەرىكى دى بىت.

ئەو نزاىەى پەيامبەر موحەممەد(ﷺ)، فىرى ئوم سەلەمەى كرد، برىتيە لە «إنا لله وإنا إليه راجعون، اللهم أجرني في مصيبي، وحلف لي خيرا منها». لە راستىدا ھەمووان مولكى پەروەردگارىن و لە كوتايىدا دەگەرپىنەوھ لای ئەو. ئەم وتەيە گشتىيە. رىنگاى بىنىنى جىھانە. پەروەردگار لە سورەتى البقرەدا پىمان دەفەرموئە: «بەراستى تاقىتان دەكەينەوھ بە ترس، برسيتى، لەدەستدانى سەرۆھت و سامان، مردن و لەدەستدانى بەرھەمى ھەولەكانتان.» ئەمانە جوړەكانى تاقىكردنەوھن و پاشان دەفەرموئە: «مژدە بدەنە ئارامگران.»

ئەوھى جىنى سەرنجە لەم ئايەتەدا ئەوھىيە كەسىك نابىنىت پىروژبايى لە كەسىكى دى بكات، ياخود مژدەى بداتى كاتىك دوست و ئازىزىكى لەدەست داوھ. سبحان اللە پەروەردگار دەفەرموئە مژدە بدەنە ئەو كەسە. ئەمە شتىكى زۆر سەرنجراكىشە. پەروەردگار مژدە دەداتە ئەو كەسانەى دوست و شتىكى خوشەويستيان لەدەست داوھ.

كىن ئەوانەى ئارامگرن؟ ئايەتى دواتر وەسفىان دەكات. ئەوانەن كاتىك تووشى بەلا و نەھامەتییەك دىن و دەلىن: «إنا لله وانا اليه راجعون.» «مولكى پەروەردگارىن و ھەر بۆ لای ئەو زاتە دەگەرپىنەوھ.»

## گولجنى ئەوين

لە راستدا مولكى پەرۋەردىگارىن. ئەمە بەشى يەكەمى تىروانىنى جىھانە. تىگەيشتنە لەۋەى ھەموو شتىك بە خوشەويستان، سەرۋەرت و سامان، تەندروستىشمانەۋە مولكى پەرۋەردىگارە، نەك مولكى خۇمان.

ھەر بۇ لاي پەرۋەردىگار دەگەرپىنەۋە. ئايا دەزانىت بۇچى ھىندە مانابەخشە تىگەيت لەۋەى ھەموو شتىك مولكى پەرۋەردىگارە؟ تەماشاي ئەم نمونەيە بکە: بەيئە پىش چاوت ۋەكو ھاورپىيەكى بەخشندە دەھىلم ئۆتۆمبىلەكەم بەكار بەيئىت. پاشان ھىندە خۇنەويست و دەست و دل كراۋەم دەلىم ئۆتۆمبىلەكە بۇ خۆت ھەلگەر. تۆيش بۇ ماۋەى پىنج، ياخود دە سالىك ئۆتۆمبىلەكەم بۇ خۆت دەبەيت. دواتر وايدابنى لە ماۋەى ئەو دە سالەدا توۋشى لەبىرچونەۋە دەبىت و لە يادى دەكەيت ئەو ئۆتۆمبىلە مولكى منە. وا دەزانىت مولكى خۆتە. دواى دە سالەكە دىم و ئۆتۆمبىلەكەم دەبەمەۋە. ئەگەر لە بىرت چووبىت ئەو ئۆتۆمبىلە مولكى كىيە، وا بزانىت مولكى خۆتە، ھەستت چۆن دەبىت كاتىك دىم بۇ ئەۋەى ئۆتۆمبىلەكەم بىبەمەۋە؟ بەو ھۆيەۋە توورە دەبىت و كاردانەۋەى توندت دەبىت.

بۇچى ئەمە پروودەدات؟ چونكە لە يادى دەكەيت ئۆتۆمبىلەكە مولكى كىيە. ئەگەر لە يادت بىت ئۆتۆمبىلەكە مولكى من بوۋە و بەئاگا بىت، كاتىك دىم بىبەمەۋە، كاردانەۋەت چۆن دەبىت؟ «ئەۋە مولكى تۆيە و ھەر بۇ خۆت دەگەرپىتەۋە.» پەنگە دلتەنگ بىت لىي دابرىت، ۋەلى بە تەۋاۋى دەزانىت من خاۋەنى ئۆتۆمبىلەكەم. ئەۋە «**إنا لله وانا اليه راجعون**»ە. تىگەيشتن و دركردنە بەۋەى ھاۋسەر، مندال، سەرۋەت و سامان و تەندروستىت، مولكى پەرۋەردىگارە و بۇ لاي زاتى مەزنى دەگەرپىنەۋە.

«**لله اجرني في مصيبي**». ئه‌ی په‌روه‌ردگار پاداشتم بده‌ره‌وه  
کاتیک له به‌لا و کاره‌ساتدام. داوا له په‌روه‌ردگار ده‌که‌یت پاداشت  
بداته‌وه به‌هوی ئه‌و به‌لا و موسیبه‌ته‌ی تووشی دیت و ئارام‌گریت  
به‌رامبه‌ریان.

«**و اٰحلف لي خيرا منها**». شتانیکی باشت‌رم به‌خه‌لات بکه. بیرت  
ده‌خه‌مه‌وه ئه‌وه‌ی باشت‌ره ده‌کریت چ‌ه‌ند خه‌لاتیک و شتانیکی جودا  
بن. مه‌ترسه له‌وه‌ی داوای شتانیکی باشت‌ر له په‌روه‌ردگار بکه‌یت.  
مانای ئه‌وه نییه کاتیک من‌داله‌که‌ت له‌ده‌ست ده‌ده‌یت، من‌دالیک  
باشت‌رت به‌قسمه‌ت ببیت. په‌روه‌ردگار شتانیکی باشت‌رت پی  
ده‌به‌خشیت، مه‌رج نییه من‌دال بیت. هه‌ندیک جار ئه‌و خه‌لاته‌ باشت‌ره  
له‌و دونیادایه. هه‌ندیک‌جار به‌رزبوونه‌وه‌ی پله‌ته لای په‌روه‌ردگار و  
نزیکی له‌زاتی مه‌زنیه‌وه.

ئه‌مه ئه‌و ر‌ی‌سایه‌یه له‌لایه‌ن په‌یامبه‌ره‌وه بو ئه‌و ئافره‌ته‌ی  
خه‌مبار بوو به‌هوی له‌ده‌ستدانی می‌رده‌که‌یه‌وه باس کراوه. به  
دل‌نیاییه‌وه ئه‌مه‌ش بو هه‌موو جو‌ره له‌ده‌ستدانیک هاوشینویه، نه‌ک  
ته‌نها له‌ده‌ستدانی می‌رد. ئه‌م نزایه ره‌چه‌ته‌ی هه‌موو له‌ده‌ستدانیکه.  
چی رووده‌ات ئه‌گه‌ر ئه‌م نزایه بکه‌یت؟ په‌روه‌ردگار پاداشت  
ده‌داته‌وه و شتانی باشت‌رت به‌نسیب ده‌کات. وه‌کو ئاگادارن له  
ژیان‌نامه و سیره‌ی په‌یامبه‌ردا (ﷺ) باس کراوه ئوم سه‌له‌مه له  
کو‌تاییدا هاوسه‌رگیری له‌گه‌ل په‌یامبه‌ری نازداردا (ﷺ) کرد.



به ندى شه شه م

## ره چه ته ی دلّیكى شكاو

ره چه ته یه کی تر که ده مه ویت بیخه مه روو، هه مان نه و ره چه ته یه یه که به خشیومه به وانه ی باسی پاراستن، زیندوهیشتنه وه ی دل، چاره سه ره نه بینراوه کانی وه کو چاوپسی، ئیره یی و جادووی ردش ده کهن، هه روه ها هه مان ره چه ته یه یه بؤ ساریژی دلّیكى شكاو.

### یه که م: نویژه کانت

دلنیا به ره وه له وه ی ته واو پابه ند و په یوه ستی به نویژه کانت وه. نویژ چه شنی ئوکسجینه. جهسته بی ئوکسجین ساریژ نابیت. هیچ کام له نه دامه کانی جهسته بی ئوکسجین کار ناکهن. دلّیش به هه مان چه شنه. پتویستی به ئوکسجینی نویژه. کاتیک ده لیم نویژ، مه به ستم له وه نییه هه رکات ئاسووده و ئارام بوویت، نویژ بکهیت. چی پرووده دات نه گهر هه ناسه بدهیت هه رکات ئاسووده و ئارام بوویت؟ بی هیچ گومانیک ده مریت، چونکه هه ناسه دان شتیک نییه جار جار نه نجام بدریت، یاخود هه ناسه بدهیت هه رکات ئاره زووت بوو.



ئەگەر كەسىك ئوكسىجىن ۋەرنەگرىت، دواتر نابىت لاي سەير  
بىت جەستەي لەكار بگەوئىت. پىويستە چەشنى ئوكسىجىنى دلان لە  
نويژ بىروانىن.

ھەرۋەھا پىويستە ھاوشىۋەي بەكارھىتئانى دەرمان، لەكات  
ۋ ساتى خويدا ئەنجام بدرىت. ئەگەر پزىشك دەرمانەكەت بۇ  
بنووسىت ۋ بلىت پىويستە لەم كاتانەدا بەكار بھىنرىت، تۈيش  
لەۋ كاتانەدا بەكارى دىنىت. كات ۋ ساتى بەكارھىتئانى دەرمانەكان  
ناگورىت، چونكە دەرمانەكان بەۋ شىۋەيە چارەسەربەخشن.  
پەرۋەردگار لە ھەموو پزىشكان زانائىرە. ئەگەر پەرۋەردگار  
دەرمانى نويژت لە چەند كاتىكى ديارىكراۋدا بۇ دابىت، لەبەر  
ئەۋەيە خۇي زانايە بەۋەي فەرمانى پى دەكات.

### دوۋەم: زىكرەكان

برىتىن لەۋ نزا ۋ پارانەۋانەي پەيامبەر موحەممەد(ﷺ)، رۇژانە  
دەيخويند. داۋاتان لى دەكەم ئەم بەرنامەيە دابگرن: MyDuaa  
ئەم بەرنامەيە كۆكراۋەي فەرموۋدە سەحىحەكان ۋ قورئانى  
پىرۋز ۋ سوننەتەكانە. تەننەت ئەگەر ئەم بەرنامەيەش بەكار ناھىت  
ۋ بەرنامەيەكى جودا بەكار دىنىت، گرنگ ئەۋەيە بەرنامەيەكى نزا  
ھەبىت ۋ بەكارى بھىت.

بۇچى؟ ھەموو بەيانىيەك كاتىك بەخەبەر دىتەۋە ۋ نويژى  
بەيانى لە ساتى خويدا ئەنجام دەدەيت، پاشان بەرنامەكە بگەرەۋە  
ۋ بۇ نزاكانى بەيانىان بگەرپ ۋ بيانخوينە. لەم بەرنامەيەدا دەتوانىت  
سندوقى گەنجىنە دروست بگەيت كە بەردەۋام رۇژانە بىخوينىتەۋە.  
بەردەۋام پىۋەي پەيوەست بە، تەننەت ئەگەر بۇ ساتىكى كەمىش  
بىت، كاريگەرىيەكى ئەرئىنى زۇر قوۋلى لەسەر ژيانت دەبىت.

گولجنى ئەوين

تاكو زياتر بەم نزاiane وه په يوه ست بيت، دلت باشتړ و بهيزتر  
دهبيت و خيراتر شيفات بو ديت.

جاري دواتر پيوسته نزاكاني ئيوارانېش بخوينيت. ئەمەش  
ساتي نيوان نويزي عەسر و نويزي مەغريب دهگريته وه. پاشان  
خويندني نزاكاني شينوانه پيش نوستن. ئەم سى كاته سەرەكيترين  
و گرنگترين ساته كاني خويندني نزا و زيكرهكان.

### سنيهم: قورئاني پيروز

قورئاني پيروز ساريژكهړ و شيفابه خشه. پهروهردگار خوي  
ئەمەمان پي دهفهرمويت. ساريژكهري سينگ و دل. دهتهويت ساريژ  
بيت؟ پيوسته دەرمانه كه به كار بهينيت و قورئانېش دەرمانه كه يه.  
بويه ئەم سى شته هەن: نويز (ئوكسجين). زيكرهكان (خواردن  
و خوراك) و قورئان (ساريژكهړ).

به ندی حه وتهم

په روه ردگار ده تپاریژیت

نزام وایه په روه ردگار یارمه تیدهر و پشتیوانی هه موو ئه و که سانه  
بیت که ئازار ده چیژن، دلیان شه قار بووه و ونبوون، بیرى خوم  
و ئیوهش ده هینمه وه نابیت هه رگیز هیوا له ده ست بدهن. به راستی  
په روه ردگار الجباره. په روه ردگار ساریژکاری برینه و هه موو برین  
و شته کان ساریژ و چاک ده کاته وه. گرنک نییه چه نده هه ست به  
شکاوی بکهیت، یاخود دلت چه نده شکاو بیت، دلت ساریژ ده کات.  
پیویسته باوه ری ته واوت پی هه بیت و بزانیته په روه ردگار ساریژت  
ده کات.

په روه ردگار شته کان باشتر ده کات ته نانهت باشتر له پینش  
شکانیان. بهیله دله ی شکاوت تیمار بکات و ساریژت بکات.  
په روه ردگار الشافیه، شیفابه خشه. تاكو زیاتر بیناسیت، زیاتر هیوا  
و ئومیدت ده بیت. تاكو زیاتر بیناسیت، پاریزراوتر ده بیت له که وتنه  
تاریکایی نا ئومیدییه وه.

په روه ردگار به لینی داوه نه گهر هانای بو به ریت و داوای لی  
بکهیت، وه لامی داواکهت ده داته وه. ئه و نزیکتره له مولووله ی خوینت

له توهه. مولوولهى خوښت هيلى زيانته. نه گهر ده ته وى کوتايى  
به هر که سيک، يا خود زينده وهرىک بهيتيت، برو بو مولووله کاني  
خوښى.

په روهردگار ده فهرمويت: «کاتىک بهنده کانم پرسىارم ده کهن،  
پينان بلى نزيکم لينانه وه. وه لامى داواى هر که سيک ده ده مه وه  
هانام بو بيتيت و داوام لى بکات».

داوا له په روهردگار بکه تيمارى دهر د و برينت بکات، پشت به  
خوت مه به سته، پشت به هيچ کهس و شتيكى تر مه به سته تا کو  
سارپيژت بکات جگه له زاتى مه زنى.

کاتىک له چيروکى هر يهک له په يامبه ران ورد ده بينه وه،  
په روهردگار هه موويانى پاراست. ده رىاي بو په يامبه ر موسا (ﷺ)  
شعق کرد. شيفاي په يامبه ر ئيوبى (ﷺ) دا، په يامبه ر يونسى (ﷺ)  
رژگار کرد. ئه مانه ته نها چيروکى خوشى نين، به لکوو پهند و وانه و  
هاندانن بومان. کاتىک په يامبه ر ئيبراهيم (ﷺ) هه لدرايه نيو ئاگره وه،  
ئايا په روهردگار پاراستى؟ ته نانه ت کاتىک په يامبه ر ئيبراهيم (ﷺ)  
تاقى کرايه وه و فهرمانى پى کرا کوږه شيرينه کهى سه ربريت و  
بيکاته قوربانى، په روهردگار خوى و کوږه کهى رژگار کرد.

که واته بزانه و دلنياه په روهردگار رژگارت ده کات، ته نها پنيو سته  
بگه ريته وه لاي و هيو ابراو نه بيت.

تەنیا حاجى

Tanya Haji | تەنیا حاجى

public channel

## Description

بِسْمِ اللَّهِ  
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

♥ چەنالىك تايپەت بە كىتب و بابەتى جياواز ♥

ئەم كىتبە لەلايەن خاتوون "يوسرا عمر"

كراوہ بە ديارى بۇ خوینەرەن

چەنالى

<https://t.me/tanyahaji7>

بۇ راوبۇچون و پسىار بۇ كىتب مەينىرە!

@tanyahaji22

[t.me/tanyahaji7](https://t.me/tanyahaji7)



به ندى هه شتەم

كوۆتايى



با ساتىك تەرخان بکەين و دەرفەتیک بە خۆمان بەدەين. لە  
سەردەتای ئەم پەرتووکەووە ئاماژەم بەو هەدا بە گشتى بىر لە برىنى  
جەستەيى بکەرەووە وەکو شتىکى گرنىگ و راستەقىنەتر. ئەو ئازارە  
جەستەيە، تىدەگەين و کات بە خەلکى دەدەين سارپيژ بىن. هاوخەمى  
زىاترمان هەيە بۆ کەسىکى لاق شکاو بە بەراورد بە کەسىکى  
دلشکاو.

دەمەويت باسى تويژينه‌وه‌ى سەرنج‌راکيش بکەم لەم بارەيەووە.  
تاكو خەلکى بتوانن لەو ئازارە راستەقىنەيە تيبگەن کە خەلکى بە  
شينوہى جەستەيى و هزرى تووشى دەبن.

تويژينه‌وه‌يەک ئەنجام درا و تىيدا بەشداربووان و تويژەرەوان  
(fMRI) يان ئەنجام دا. تەماشاي پشکينى ميشکى بەشداربووەکانيان  
کرد. حالەتگە جودايان دەست کەوت:

ئەو بەشداربووانەى بەرگەى ئازارى جەستەيان گرتبوو. ئەم  
بەشداربووانە ئازارى جەستەيان هەبوو و ئەم کارەيان ئەنجام  
دا بە دانانى برپىکى زورى گەرمى لەسەر قۆليان. واتە بەراستى

ئازارىيان ھەبوو، چەشنى ئازارى سووتاوى. بەشداربووان پىيان  
وترا بوو رىژەى ئازارەكەيان بېيون و پيوەرىكى ۱ تاكو ۱۰ ىسى ھەبوو،  
كە ژمارە ۱۰ ئازارىكى بەرگەنەگىراو بوو.

پاشان ئەو بەشداربووانە تەماشاي وينەى ئەو كەسەيان كرد كە  
دلپانى شكاندبوو و ئەو يادەو ەرىيەيان ژياندەو ە. دەزانىت چىيان بو  
ئاشكرا بوو؟ بۇيان دەر كەوت پشكىنى مىشكەكە ھاوشىو ەى ئەو  
بەشداربووانە بوو كە تووشى ئازاي جەستەيى بېوون بە رىژەى  
۸ لە ۱۰. ئەمەش چەشنى ئازارىكى بەرگەنەگىراوى جەستەيى ە.  
پشكىنى مىشكەكە ئەو ەى دەر خست.

دەزانىت ئەمە ماناي چىيە؟ ماناي ئەو ەيە ئازارى ھەستەكان  
چەشنى ئازارى جەستەيى كار دەكاتە سەر مىشك. نەك ھەر ئازارىكى  
جەستەيى سادە، بەلكو ئازارىكى زور سەخت و بەرگەنەگىراو. بۇيە  
راستىيەكە ئەو ەيە شتىكى نەبىنراو ە و راستەقىنەيە. تەنھا شتىك نىيە  
خەلكى خەيالى بكات. كارىگەرى جەستەيى ھەيە.

لە توۋژىنەو ەيەكى تردا بۇيان دەر كەوت كاتىك كەسىكى  
نىو بەشداربووان بىرى لە لە دەستدانى كەسىكى ئازىز و  
خوشەويستى دەكردەو ە، لە راستىدا كارىگەرىيەكى زورى  
ھەبوو لە كەمبوونەو ە و دابەزىنى ئاستى زىرەكىيان. ئاستى  
زىرەكىيان دابەزى تەنھا بە بىر كەردنەو ە لە كەسىك كە خوشيان  
دەويست. بەو رادەيە كارىگەرى ھەبوو لەسەر كەسەكە.  
چەندىن توۋژىنەو ەى تر ھەن باس لە كارىگەرىيە زورەكەى  
دلپكى شكاو دەكەن، نەك تەنھا لەسەر تواناي ھزرى، بەلكو  
لەسەر گەشەسەندنى جەستەيىش.

ئەگەر كەسىك بەيتىتە خەيالت كە بىر لە لە دەستدانى كەسىكى  
خوشەويستى دەكاتەو ە و ئاستى زىرەكى و تواناي بىر كەردنەو ەيان

که م ده بېته وه، که واته ده توانيت بهيښته پيش چاو نه گهر به راستي  
تووشي نه و چه شنه له ده ستدانه بېيت، چه نده کارت تي بکات؟ که چي  
هينشتا چاو ه پروان ده که ين نه و که سانه به هه مان شينوه کار بکه ن و  
هه مان ته رکيزيان هه بېيت له سهر کار و ژيانى روژانه يان. نابيت به و  
شينويه بير بکه ينه وه، چونکه له نيو هزر و ناخ و دلي نه و که سدا  
نه و گورانکار يانه رووده دات.

بويه زور گرنگه ټينگه يت کاتېک باس له مه ده که ين. ده رنه نجامي  
نابه رجه سته يي له سهر هزر و لاشه مان هه يه. نه وه هوکاري سهره کي  
باسکردنى ساړيژبوونه.



له هه رباغیك گولیك





## له دايكبوونه وه



له تهمه نى سيزده سالييه وه دهستم به پوشيني حجاب كرد.  
له رۇژيكي هاوينا بۇ گه شتيكي خويندنگا رويشتم، كاتيك قوناغى  
هه شتم ته واو كردبوو و ده رچووبووم بۇ قوناغى نويه م.  
له كوتايى گه شته كه دا ههستم كرد پيوسته ژيانى خوم بگورم.  
دهمويست زياتر پابه ندى ئاينى ئىسلام بم. لهو ساته دا دوو بريارى  
گرنگ و بنچينه ييم دا:

يه كه م/ بريارم دا به ته واوى په يوه ست بم به كات و ساتى  
نويژه كانمه وه و كه مته رخه ميان تيدا نه كه م، چونكه هاوشيوه  
هاوته مه نه كانى خوم زور جار نويژه كانم دواده خست، يا خود  
نهمده كرد. بويه بريارم دا ئيدى له نه جامدانى نويژه كانمدا  
كه مته رخه مى نه كه م.

دووه م/ بريارم دا حجاب بپوشم پيش نه وه قوناغى خويندنى  
دواترم ده ست پى بكه مه وه و بچمه قوناغى ئاماده يى. حجاب  
لاى من زور شت ده گه يه نيت. شتيكه ئىستا به شيكه له ناسنامه م.  
له هه مووى گرنگتر، حجاب به لاي منه وه هيماي خوشه ويستى  
په روه ردگار. هه روه ها پابه ندبوونمه به و راستييه نايبت منى  
ئافره ت وه كو كالا يه ك ته ماشا بكرىم. له نيو كومه لگه و بانگه شه و

راگه ياندنه كاندا زور جار ئافرهت وهكو كالايهك ته ماشا دهكریت. حېجاب هيمای شكو و هيز و پهيوه نديمه له گهل خالقی خومدا. بو خوده رخستن وهك لاشه يهك دروست نه بووم، بهلكوو ئه وهی گرنكه ناخ و روحمه. بويه بريارم دا پهروه ردگارم بخمه پيش هه موو ئامانجيكمه وه، ئه وهی به لای پهروه ردگارمه وه چاك و جوانه گرنكتر و بالاتره له لام له وهی به لای كومه لگه و دروستكراوه كانیه وه چاك و جوانه. هوكاری پۆشینی حېجاب له يهكه مجاردا هه مان ئه و هوکاره يه كه ئیستاش دهپوشم. كاتيك به دايكمم وت، ئیتتر من حېجاب دهپوشم، يهكه مین كاردانه وهی بریتی بوو له «من هېچ زورت لی ناكه م حېجاب بپوشیت.» وه لامم دایه وه، دهزانم دايكه گیان، به لام خوم دهمه ویت حېجاب بپوشم. ئه وه برياری تایبه تی خوم بوو و هېچ كه سينك ناچاری نه كردم به پۆشینی. برياریك بوو راسته وخۆ له قوولایی ناخمه وه دام، چونكه بروام وابوو ئه مه رېگا راسته كه مه به ره و پهروه ردگار و ئیستایش هه مان بوچوونم هه يه. كاتيك له ناخه وه به ته واوی جیگیر و پته و ده بیت، خه لكیش هه ست به وه دهكهن كه بروابه وخۆ و به هیزیت له و كارانه ی ئه نجامی ده دهیت و ئه و شتانه ی باوه رت پیی هه يه. پیویسته به ته واوی پابه ندی بیروباوه ركه مان بین. به م شیوه يه هه مووان ریزت دهگرن. پهيوه ندييه کی زور به هیز هه يه له نیوان نویژه كانمان و هه موو شته كانی ژيانمانه وه به حېجابیشه وه. ئاموژگاریم بو ئه و ئافره تانه ی ده يانه ویت حېجاب بپوشن، ياخود وازی لی بهینن، بریتییه له وهی بناغه ی خویان له گهل پهروه ردگاریاندا به هیز بكه ن، له رپی به هیزكردنی پهيوه ندييان له گهل نویژه كانیاندا. ئه گهر مروف پهيوه ندييه کی به هیزی له گهل نویژه كانیدا هه بیت، هه موو شته كانی تر ساده و ئاسان ده بن بوی. ئه وه بنه مایه کی سه ره کییه كه

فېرى بووم و بە كەسانى تىشى رادەگەيەنم. حىجاب نىشانەي  
پەيوەندىمانە لەگەل پەروەردگاردا. ھۆكارى سەرەكى پۆشىنى  
حىجاب برىتيە لەوہى پەروەردگار فەرمانى پى كىرەوين و دەبىت  
ملكەچى فەرمانى ئىلاھى بىن. دەكرىت چەندىن ھۆكارى تر ئاماژە  
پى بدرىت بۆ پۆشىنى حىجاب. بۆ نموونە، بە پۆشىنى حىجاب  
بەرپەرچى ئەو دەدەمەوہ وەك كالاىەك تەماشىا بكىم. زۆر جار  
كەسانىك دەيانەويت واز لە حىجاب بەين و دىن داواى ئامۇژگاريم  
لى دەكەن. ئامۇژگارىان دەكەم بەوہى بگەرىنەوہ بۆ خالى بنەرەت  
كە پەيوەندىيانە لەگەل پەروەردگار، ئەويش بە تايبەت لە رىي  
ئەنجامدانى نوژەكانەوہ. بە وابەستەبوون و گىنگىدان بە نوژەكان  
ھەموو كاريكى تر ئاسان دەبىت، جا پۆشىنى حىجاب بىت، ياخود  
جۆرەكانى ترى پەرسىشى ئىلاھى.

## چۆن پەروەردگار بناسین؟



زور كەس بە شيۋەيەكى دروست نازانن پەروەردگار كىيە. زوريكمان چون بىر لە دراوسى و كەسانى تر دەكەينەو، ئاوايش بىر لە پەروەردگار دەكەينەو. زۆر كەس پىويستە ئەو چەمك و شتانەى لەبارەى پەروەردگارەو، فىرى بوون و لەگەلياندا گەورەبوون، لە بىرى خويان ببەنەو. يەككە لەو هەلە كوشندانەى زوريكمان لەگەليدا گەورەبووين، وا تىگەيشتووين پەروەردگار هاوشىو، پولىسيكە، چاوەرييه بتخاتە بەنديخانەيەكەو، ئەو بەنديخانەيش پىي دەوترىت دوزەخ. يەكەمين ئەو وشانەى لە سەرەتاو لە بارەى ئىسلامەو، فىريان دەبين، برىتين لە حەرام و دوزەخ، بە چەشنيك ئەو مندالە بچووكانەى زۆر شت نازانن، حەرام و دوزەخ دەزانن.

ئەم چەمكەنە هەر لە مندالييەو، فىرى مندالەكانمان دەكرين، واتا هەر لە سەرەتاو فىر دەكرىت ئىسلام چەند شتىكە كە ناتوانىت ئەنجامى بەدەيت و بە ھۆيەو سزا دەدرىت. ھەندى شتىش ھەن دەتوانىت ئەنجاميان بەدەيت، وەلى ئەوانەى حەرامن و ناتوانىت ئەنجاميان بەدەيت، زياترن. راستە ئىسلام چەند شتىكى ھەيە، بۆنموونە: حەرامە ئەمە بخۆيت، ئەو بەپۆشيت و بەو شيۋەيە رەفتار بكەيت. لە كاتىكدا ھەموو ئەم شتانە لە ژياندا گرنگ و پىويستن.

پىويستمان بە ياسايە بۇ شۇڧىرىكىردن، چى دەبوو ئەگەر  
ھىماكانى ھاتوچۇ نەبوونايە؟ گلوپى سوور و سەوز نەبوونايە؟  
ئەوكات ھىچ ھىمايەكى وەستان نەدەبوو. پىويستمان بە ياسايە،  
وہلى شتىكى زۇر گرنگ ھەيە باس نەكراوہ. تىگەشتىنكى ھەلەمان  
لەبارەى پەرورەردگار و بەدىنەرمانەوہ ھەيە، ھىچ پەيوەندىيەكى  
نزىكمان لەگەل پەرورەردگارماندا نىيە، بۇچى بەو چەشنەيە؟  
چونكە زۇرىكمان گەرورەبووين و ھاوشىوہى پۇلىسىك بىرمان  
لە پەرورەردگار كىردۆتەوہ. بەراستى ئەمە كارەساتىكى كوشندەيە.  
رەنگە بىرسىن بۇچى گەنجان نايەن بۇ مزگەوت؟ بۇچى زۇرىك لە  
گەنجان واز لە ئىسلام دىنن؟ ھۆكارىك ھەيە بۇ ئەمە، پەرورەردگار  
خوى گەنجانمان بپارىزىت، زۇر كەس بنەما دروست و راستەكان  
و پەيوەستەكانيان بە پەرورەردگارەوہ فىر ناكىرىت، چونكە ئايىنيان  
وہك لىستىك فىر كراوہ، وەكو لىستىك لە شتى ھەرام و ھەلال.  
واى دابنى مندالىكت ھەيە و ھەموو پۇژىك بە مندالەكەت دەلىت:  
پىويستە ئاگادارى پۇلىس بىت، ئەگەر بچووكترىن ھەلە بكەيت، دىت  
و دەستگىرت دەكات و دەتخاتە نىو بەندىخانەوہ. ھەموو پۇژىك  
ئەمە بە گوڭىدا دەدەيت: پىويستە ئاگادار بىت پۇلىسەكە چەكى  
پىيە. كاتىك مندالەكە گەرورە دەبىت چى پروودەدات؟ ئەو مندالە چ  
جۇرە پەيوەندىيەكى لەگەل پۇلىسدا دەبىت؟ ئايا ئەو مندالە پۇلىس  
بىبىنىت دەلىت، با تۇزىك لىنى نزىكتر بىمەوہ؟ دەمەوئىت بىمە ھاوپى  
لەگەلىدا تاكو پىويستى و ھەستەكانى بۇ دەر بىرېم؟ نەخىر لە  
راستىدا مندالەكە دەيەوئىت لە پۇلىسەكە دوور بىت و ھەلىت. شتەكە  
پروونە؟ ئەگەر پۇلىس لەم رىگايەدا بىت، ئەو بە رىگايەكى تردا  
دەرپوات. ئايا ئەو مندالە پۇلىسى خۇش دەوئىت؟ نەخىر، مندالەكە  
لىتى دەرستىت، تىدەگەن؟



بويە زۇرىك لە ئىمە بەو جۆرە پەيوەندىيە لەگەل پەروەردگاردا  
گەورە دەبىن، لىنى دەترسىن، وەلى جۆرە ترسىكى ھەلە و  
مەترسىدار. ئەمە ماناي چىيە؟ لە پەروەردگار بترسە. ئەمە گرنگە،  
بەلام ترس لە پەروەردگار بە شىۋەيەكى گونجاو و دروست چىيە  
و چۈنە؟ ئەمە جۇرىكى دروستى ترس نىيە، چۈنكە ترسىكى  
دروست لىنى وات لى دەكات زياتر بەرەو ئەو ھەنگاۋ بىئىت. ئەمەش  
پىي دەوترىت پەرسىشىكى دروست، ترسىكى دروست، تەقوا و  
پەرسىش و ئاگاداربوون لە پەروەردگار. ئىستا دەزانىت چى ترس  
و تەقوايەك ھانت دەدات زياتر بەرەو لاي پەروەردگار بىرۋىت و  
ھەنگاۋ بىئىت؟ دەتەۋىت زياتر لىنى نىزىك بىيىتەۋە؟ ۋەك ئەۋەيە لە  
ترسى پەروەردگاردا بەرەو پەروەردگار ھەنگاۋ بىئىت، ئەمە ماناي  
چىيە؟ واتا پاكردن و دووركەۋتنەۋە لە توورپەيى و غەزەب و سزا و  
نارازىبوونى پەروەردگار، لە پىي ھەنگاۋنان و نىزىكبوونەۋە لىيەۋە،  
نەۋەك دووركەۋتنەۋە لىيى. ئەگەر زانىت لە پەروەردگار دوور  
دەكەۋىتەۋە و پادەكەيت لىيى، ۋەك ئەۋەي بەسەر گەنجەكانماندا  
ھاتوۋە؛ نامەۋىت چىدى بچمە مزگەۋت، نامەۋىت چىدى پابەندى  
ئايىن بىم، ئەۋە ترسىكى دروست نىيە، بەلكوو نادروست و خراپە  
كە لە مندالىيەۋە تىياندا پەگى داکوتاۋە.

ھاۋشىۋەي ترسى مندالەكە لە پۇلىس وايە. كەسەكە دەيەۋىت لە  
پەروەردگار دوور بىكەۋىتەۋە، بۇچى؟ چۈنكە دەلىت: ھەر ھەلەيەك  
بىكەم دەچمە دۈزەخەۋە. گویت لە شتى نەفامانە دەبىت، پىۋىستە  
ئەم جۆرە بىرکردنەۋانە بگۆردىن و لەبىر بىكرىن، بۇچى؟ چۈنكە  
پەحم و بەزەيى پەروەردگار لە پىش غەزەب و توورپەيىكەيەۋەيەتى.  
پەروەردگار چەشنى پۇلىسىك نىيە بىيەۋىت بمانخاتە بەندىخانەۋە،  
بەلكو لە دايكىك بۇ مندالەكەي بەرەمىتر و مېھرەبانتەرە بۇمان.

دەمەۋىت ساتىك لەۋە رابمىنن و بزائن ماناى چىيە. دەمەۋىت بىر  
بەنەۋە دايكىك لەپىناۋ پاراستنى مندالەكەيدا چى بۇ دەكات؟ دواتر  
بىر لە پەرۋەردگار بەنەۋە. رەحم و بەزەي پەرۋەردگار زور لەۋە  
زىاترە، رەحم و بەزەيەكەي سەرچاۋە و كانياۋى ھەموو رەحم  
و بەزەيەكانى ترە. پەرۋەردگار چاۋەپىي ئەۋە نىيە بمانخاتە نىو  
ئاگرى دۆزەخەۋە، ۋەلى دەيەۋىت و شەيدايە لىمان خوش ببىت.  
دەيەۋىت رەحمى خۆيمان بەسەردا برىژىت. زور شت ھەن دەبىت  
لە بىرى خۆمانى بەرىنەۋە، تاكو تىگەين پەرۋەردگار كىيە، چونكە  
دواتر دەبىتە ھۆى تىگەيشتمان لە ھەموو ئەو شتانەى لە ژياندا  
بۆمان پىش دىن. ئەگەر بىر لە پەرۋەردگار بەيەۋە، كە توورەيە  
و چاۋەپىيە ھەلەيەك بەيەت. كاتىك ھەلەيەك دەكەيت دەكەۋىتە  
نائومىدىيەكى كوشندەۋە، چونكە ۋا تىگەيشتۋى پەرۋەردگار  
رقى لىتە، ياخود سزات دەدات. ئەمە ئەو چەشنە تىگەيشتمانەيە  
كاتىك ھەلەيەك دەكەيت، لەبارەى پەرۋەردگارەۋە چەند چەمكىي  
نەرىنيانەت لا دروست دەبىت. ئەو چەمكە نەرىنيانە دەبنە مايەى  
نائومىدىت.

## گومانی باشبردن به پهروهردگار



یه‌کیک له ئامرازه گرنگه‌کان، که ده‌توانین له‌م نه‌خشه ریگایه‌دا سوودی لی وه‌رگرین، پیی ده‌وتریت گومانی باشبردن به پهروهردگار (حسن‌الظن بالله). واتا بیرکردنه‌وه‌یه‌کی ئهرینیمان به‌رامبه‌ر به پهروهردگار هه‌بیت. ده‌بیت ئه‌و شته له بنچینه‌وه بگورین. زوریکمان بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینیمان به‌رامبه‌ر پهروهردگار هه‌یه و وه‌کو سه‌رچاوه و کانگای هه‌موو رحم و میهره‌بانییه‌کان بیر له پهروهردگار ناکه‌ینه‌وه. وا بیر ده‌که‌ینه‌وه، پهروهردگار چاوه‌رییه هه‌له‌یه‌ک بکه‌ین و بمانخاته ئاگری دوزه‌خه‌وه. پهروهردگار به‌و شیوه‌یه نییه. پنیسته ئه‌و بیرکردنه‌وه‌یه له بیر خومان به‌رینه‌وه. به‌داخه‌وه زوریکمان به‌و شیوه‌یه فیر کراوین و پهروهرده کراوین. هه‌ندیکمان ئه‌وه بو کونترولکردنی منداله‌کانمان به‌کار دینین، به‌لام به‌داخه‌وه ریگایه‌کی خراپه. ته‌نانه‌ت ره‌نگه که‌سیک ئیمان و باوه‌ر له دلیدا جیگیر نه‌بیت و به‌رووکه‌ش مسولمان بیت. ره‌نگه هه‌موو قورئانی پیروزی له‌به‌ر بیت. زوو کوتایی دیت و له‌ناو ده‌چیت، ئه‌گه‌ر له ناخه‌وه نه‌بیت، چه‌شنی جلو به‌رگ له‌به‌ر داده‌که‌نریت، به‌تایبه‌ت کاتیک که‌سه‌که ده‌که‌و‌یته نیو تاقیکردنه‌وه‌یه‌کی سه‌خته‌وه. ئه‌و جو‌ره تاقیکردنه‌وانه چین که ره‌نگه پیدایه‌تیه‌ریت؟ هه‌ندیک

كەس بە روويشتن بۇ زانكۇ و كولېژ و جيهيشتنى ئەو ژينەگەيە و روويشتن بو ژينەگەيەكى تر تاقى دەكرينەو. رەنگە زانكۇ جيهيلىت و فريو بخوات، ئەگەر ئيمان و باوهرەكەي لە ناخ و دلدا جيگير نەبووييت. بەرگەي ئەم زريان و تاقىكردنەوانە ناگريت.

زۆر گرنگە يەكەم شت تىگەيشتىكى دروستمان لەبارەي پەروەردگارەو. هەييت و گومانى باشى پى ببەين. تىگەيشتىكى ئەرينيمان هەييت لەبارەيەو و ئەو تىگەيشتن و پەيوەستىەش پيوستە لە ناخەو. بيت، نەك تەنها لەسەر رووکار و پۇشاکمان رەنگ بداتەو. قورئان دەكرىت بە رىكى و جوانى بخوينریتەو، وەلى ئەگەر كاريگەري لەسەر دلەكان جينەهيلىت، ئەو ئامانج و مەبەستى راستەقىنەي خۆي نەپىكاو. كاتىك مانگى رەمەزان دىت و قورئانىكى زۆر دەخوينينەو، رەنگە چەند جارىك خەتمى بكەين، بەلام نەمانگوريت. ئايا لەو تىدەگەين كە دەخوينينەو؟ ئايا دەچیتە دلەكانمانەو، ياخود تەنها بە رووگەشە؟ زۆر گرنگە بچیتە قوولايى ناخەو.

پيوستە بيركردنەو. يەكەي ئەرينيمان هەييت لەبارەي پەروەردگارەو. بيركردنەو. ئەرىنى لەبارەي پەروەردگارەو چۆنە؟ با نموونەيەكتان بۇ بهینەمەو. كاتىك دايكىك، ياخود باوكىك مندالەكەي دەبات بۇ ئەو. دەرزى لى بدات. زۆرىكمان ئەزموونى ئەمەمان كردو، رەنگە مندالىك بووييت و بردرابيت دەرزىت لى بدرىت، ياخود دايكىك، ياخود باوكىك بووييت و مندالەكەت بردىت. هەموومان دەزانين شتىكى خوش نىيە، بەلام مەبەست و ئامانجىكى هەيە. كاتىك دايكەكە مندالەكە دەبات بۇ كوتان، شتىكى بەئازارە، وەلى ئەو دايكە بۇ سوود و بەرژەو. مندى مندالەكەي دەرزى لى دەبات. گومانى باشبردن لەم نموونەيەدا ئەو. يەكەك مندالىك

گوماسی بشر به دایک. یاخود باوکت ده بهیت. ده زانیت دایک و  
 باوکت بهر ژده ویدی و سوودی تویان ده ویت، نهک نه وهی نازارت  
 سدهر متعاهت به دایبایت هیه و بیرکردنه وهیه کی نه رینیت له  
 درهینه وه هیه کاتیک دایبایت ده تخنه حاله تیکی نازار به خشه وه.  
 درایت و دلبایت نه وه بو چاکه و سوودی خوته، ده زانیت کوتانه که  
 بو سوودی خوته و گومانی خراپت بهرام بهر دایبایت نییه. گومان  
 داکهیت بیانه ویت بتکوژن، یاخود بیانه ویت به درزییه که ژه هراویت  
 بکهن. وایر ناکه یته وه بیانه ویت نازارت بدهن، ده زانیت نه وه بو  
 سوود و قازانجی خوته. گومانی باشبردن به پهروه ردگار بریتییه  
 له ویدی دنیا بیت هر کاریک بکات بو سوود و قازانجی خوته،  
 ته نانهت نه گهر بکویت و ماندوو بیت، له کوتاییدا پهروه ردگار  
 چاکه و خیری توی ده ویت و خراپه و زهره ری توی ناویت. نه وه  
 گومانی باشبردن به پهروه ردگار.

## هاوسەرگىرى بۇ دۇراۋەكانە



«بە دلى خۆت بکە و بە سەلتى بمىنەۋە، ياخود ھاوسەرگىرى بکە: خۆت ھەلى بژىرە.» بىرم ناياتەۋە كى پىنى وتم، ۋەلى لە يادىمە بە نىمچە گالتەيەكەۋە پىيان وتم، ۋەلى نىمچە پاستىيەكە زۇر گرنگە. بۇيە زۇرىك لە چارەسەرکاران پەرۇش نىن لە چارەسەرکردنى گرفتى ھاوسەرگىرىدا. گرفتىكى زۇر ئالۆز و نارەحتە و زۇر جار لە دەست دەردەچىت، لە خراپترىن دۇخەكاندا چارەسەرکار لە بەشى پىشەۋەى ململانىكەدايە، ۋەلى من ئارەزوۋى چارەسەرى گرفتهكانى ھاوسەرگىرى دەكەم، بۇچى؟ پەنگە ئارەزووم لە كارەكە ھەبىت، چونكە پىسايەك لە مىشكەدايە: ئەگەر ھاوسەرگىرى سەرکەۋتوو بىت، پىۋىستە چەشنى كىپركىيەك بىت، تاكو بزانرىت كام لە ھاوسەران زياتر دەدۇرىت و كىپركىيەك بىت، تاكو كۇتايى ئەنجامەكە نەزانراۋ بىت.

كاتىك دىتە باسى بردنەۋە و دۇران، بروام وايە سى جۇر لە ھاوسەرگىرى ھەن. لە جۇرى يەكەمدا ھەردوو ژن و مىرد ھەۋلى بردنەۋە دەدن و جەنگىكى سەختە، ژن و مىرد چەكى زۇر و كوشندەيان پىيە، ھەر لە مستەكولە و قسەۋە بگرە تاكو بىندەنگى. ئەم جۇرە ھاوسەرگىرىيە لەناۋ دەچىت و ھەلدەۋەشىتەۋە، ژن و



میرد یه کتری له ناو ده بهن و یه کتری تیکده شکینن، له نه جامدا ناشتی و نارامی منداله کانیاں تیک ددهن. له راستیدا هه لوه شانه وه که سوودی زیاتره، به جوریک توپژینه وه کان پیمان ده لین بو مندال باشتريکه دایک و باوکیان جیا بېنه وه نهک بهرده وام له شهر و ناوکیدا بن. ئەم هاوسه رگيریانه بهر پرسن له شکستی (۵۰٪) سی هاوسه رگيرییه کان. جوری دووه میان پره له بردنه وه و دوران، به لام روله کان جیگیرن، هه میشه هه مان ژن، یاخود میرد دوراوه. ئەم جوړه هاوسه رگيرییه هاوسه رگيری چه وساوه یه. واتا هه میشه یه کیکیان زال ده بیت و ئەوی تریان چه وساوه و ژیرده سته. له نه جامدا هه ردووکیان ریز و شکویان له ده ست ددهن. ئەم هه ش هاوسه رگيری ئالووده بووان، بهرده سته، زالمان و کویله کانه. رهنگه خه مناکترین جوری هاوسه رگيری بیت.

جوری سییه می هاوسه رگيری هه یه. ئەم جوړه کامل و بی که موکورتی نییه، وه لی ژن و میرد بریاریان داوه یه کتریان خوش بویت و له پیناو یه کتردا، قوربانی بدهن. لهم جوړه هاوسه رگيرییه دا دوران ده بیتته جوریکی ژیان و کیپرکییهک بو زانینی ئەوهی کی ده توانیت زیاتر گوی لهوی تر بگریت، گرنگی پی بدات، خزمه تی بکات، بیبه خشیت و قبولی بکات.

هاوسه رگيرییه که ده بیتته کیپرکییهک بو زانینی ئەوهی کی ده توانیت به چه شنیک بگوریت، هاوکار و یارمه تیده ری زیاتری بهرام بهر بیت، له خوی ببووریت له پیناو زیادکردنی شکو و ریز و هینزی بهرام بهر. ئەم جوړه هاوسه رگيرییه ئەو که سانه دروست دهکات، که ده توان بچووک، ساده، به به زهیی، دلنه رم و ناشته وای بن. به مانایه کی تر ئەمانه شورشگیرن، چونکه له کولتووریکدا ده ژین دوران دوژمنمانه. به یانیان به ئاگا دینه وه به هه والی

تیکچوونی ناکوکیهکان. دهچینه سهر کار، هه مووان تییدا دهجهنگن بو سوود و بهرژه وهندی بهریوه بهر و پله بهرزبوونه وه. یاخود له ماله وه ده مینینه وه که تییدا ناکوکی و ململانی له سهر یاریی مندالان زیاتره. له شه وانیشدا گوی له ده مه قالیی بهرنامه کان ده گرین و ههریهک له میوانهکانی بهرنامه که دهیه ویت بوچوونه که ی خوی براوه بیت. دهجهنگین بو ئه وهی باشتترین شمه کمان هه بیت و له باشتترین براندهکان بین. کاتیک له کوتایی روژدا به کتر ده بینین دهجهنگین، چونکه به هیچ شتیکی تر رانه هینراوین. له خراپترین دوخدا پهروه رده کراوین بو جهنگان له پیناو رزگار بوونمان له رووی جهستهیی و ههستییه وه. له باشتترین دوخدا بومان دهرده که ویت هه ولی بردنه وهی پیشبرکینکه ده دهین له پیناو به دهستهینانی سهرنج و په سه ندکردنی دایک و باوکمان و هاوړنیانمان. بهم چه شنه چوونه هاوسه رگرییه که وه که تییدا دۆران نه ریتی هاوبه شی ژن و میرده، ده بیته کاریکی دژه کولتوور. بو ئه وهی له ژووری چاره سهری هاوسه رگریدا دانیشیت، پنیوسته یاخیوون بهرپا بکهیت.

هاوسه رگری یاخی چونه؟ له م دواپیه را کاتیک خوینم قولپ ده دات و ده زانم فه رامۆش کراوم و هه له لیم تیگه یشتون و ئاماده م هه موو شتیک بکه م بو رازیکردن و بردنه وهی ئه وهی شایسته مه، هه ول ده دم په یوه ندیه کی ته له فونیم بیه وه یاد، که له لایه ن ماموستای کوربه که مه وه پیمانه وه کرا. روژیک دوا ی قوتابخانه په یوه ندی پنه کردین تا کو پیمان بلیت روودا ویک له وانه ی جومناستیک روویداوه. دوا ی پیشبرکییه کی وه رزشی توند، که خه لاته که ی بریتی بوو له زوو چوونه دهره وه و جیه یشتنی پول. تیمی کوربه که م دۆرا. دواوه کان وه ستابوون و مینگه یان ده هات و سکالای جووری نادا په روه رییان ده کرد کاتیک براوه کان چوونه

دوره وه کوره کهم دهستی به چه پله لیدان کرد. چه پله ی بو براوه کان  
لی ددها و خنده به روو خساریه وه بوو، کاتیک دهرویشته دوره وه  
ماموستای حوماسستیک به خیرایی هانی تهواوی تیمه که ی دا وه کو  
نه و بکه وه دوره وه کان ی پولی دووهم چه پله یه کی توندیان بو  
هاوپوله براوه کان یان لیدا و به وهش دانیان به وه دا نا که دوراون.  
کاتیک تووره ده بم، هول ددهم دلی کوره که ی خومم بیته وه یاد.  
دلیک به شانازییه وه ده دوریت و نامیز بو براوه کان ده کاته وه.  
له هاوسه رگیردا دوران واته چاککردنه وه ی هه موو شتیک  
بو هاوسه ره که ت و گو یگرتن له نه هامه تییه کان یان و دلت بویان  
ژان بکات. هاوبه شیکردنه له ساته پر نازاره کاندا زیاتر له  
ساته خوشه کان. بریتییه له دوزینه وه ی ریگا بو خاکیبوون و  
کرانه وه، ته نانه ت کاتیک هه موو ناماژه کان له تودا پیت ده لین  
راستیت و نه وان هه لن. بریتییه له نه نجامدانی نه و کاره ی  
راست و چاکه بو هاوسه ره که ت ته نانه ت نه گهر پیویست بکات  
قوربانی گه وره بدهیت له و پیناوه دا وه کو له ده ستدانی کاریک،  
په یوه ندییه ک، یاخود خوبه گه وره زانی. بریتییه له لیخوشبوون  
به خیرایی. بریتییه له نه هینشتنی شتانیک له ژیانندا ته نانه ت  
نه گهر خوشیشت بوین نه گهر ریگریت لی بکه ن له بایه خپیدان و  
گرنگیدان و خزمه تکردنی هاوسه ره که ت. بریتییه له به ده سته یانی  
ناشتی و نارامی له رینی قبوولکردنی هه ندیک که موکورتی لاهه کی  
هاوسه ره که ت، چونکه بیرت بیت سه ره تا که وتیته خوشه ویستی  
نه و شتانه وه. بریتییه له زانینی نه وه ی هاوسه ره که ت هه رگیز  
به تهواوی لیت تیناگات و بی به رامبه ر خوشی ناوینیت، چونکه  
نه وانیش دروستکراوی کامل و تهواو نین و هه رچونیک بیت  
تاکو کوتایی خوشت بویت.

رەنگە ھاۋسە رەگىرى تەبھا راھىيانىك بىت كە پىۋىستە بو  
گورە رەگىردن لەم جىھاندا، بە تايىبەت كاتىك دوو كەسى دوراۋ لە  
مالىكدا دەژىن و ھەردوۋ لا ملکہ چىن. جىھانىك كە قوتت دەدات  
و دەتتەننە ھە بەبى ترسى بەردەوام لە نەھامەتى و ناخوشى  
رەنگە پىۋىست بىكات بە چەشنىك بىن بردنە ھە چىژ و خوشى  
خوى لە دەست بدات و پىشبركىكە بکەينە قوربانى لە پىناۋ كەسانى  
تردا. رەنگە پىۋىست بىكات بىينە دەستەيەكى دوراۋ لە جىھانىكدا كە  
تىكچوۋە بە پىشبركىكەردن لە پىناۋ بردنە ھەدا. ئەگەر نەو كارە بکەين،  
رەنگە بتوانىن لە شەواندا ئارامتر بنووين و تەماشای نىۋچاۋى  
خوشەۋىستانمان بکەين و بىخەشىن و لە ياد بکەين و چەپلە بو  
كەسانى چۈرەدەورمان لى بەدەين.

بروام وايە لە ھاۋسە رەگىرى دوراۋەكاندا ھەماھەنگىيەك دروست  
دەبىت و ھەموو ژيان دەبىتە جۈرىك لە ياخىيوون كە درەوشاۋدترە  
لە ھەتاۋ. ياخىيوونە چاكەكان بەردەوامن و جىھان بەردە دوخىكى  
باشتر دەبەن ھاۋشىۋەي نەۋەن، وانىيە؟ چارەسەر دەكەن و ئاۋەدان  
دەكەنە ھە. گەورەن و ھاۋشىۋەي ھەتاۋ دەدرەوشىنە ھە. ھاۋشىۋەي  
ھەتاۋ ھىزى پاكىشانىان بەرگەنەگىراۋە.

## چیرۆکی ژيانمان



لورا مونسۆن نووسەری پڕفڕۆشتەری پەرتووکی، «ئەمە ئەو چیرۆکە نییە کە بیری لی دەکەیتەوه.» و دامەزرینەری «هاڤن ریتريتس»ە. بەم شێوەیە چیرۆکی خۆی و میردەکە ی دەگیریتەوه: با بلین لە هاوسەرگیرییەکی تەندروست و باشدايت. هیشتا هاوڕێ و خوشەویستی یەکتەر، دواي تێپەراندنی نیووی تەمەنتان پێکەوه. ئەو خەونانە ی لە تەمەنی بیست سالییەوه دەتانیست بە دەستی بهینن لە چاوی یەکتەردا وەکو ڕووناکی مومی کافترياکانی شار دەدرەوشینەوه کاتیک سەلت و لاوازیت و زوریکي هاتوتە دی. دوو دەیه دواي ئەوه دەبیتە خاوەنی بیست دوئم زەوی، خانوویەک، منداڵ، سەگ و ئەسپ. نموونە ی ئەو دایک و باوکە دەبیت کە ویستووتە و پريت لە خوشەویستی و چاودیری هەمووان. هەموویت جینەجی کرد: دیزنی لاند و کامپین و هاوای و مەکسیک و ژيان لە شار و ڕوانین لە ئەستێرەکان.

دەنیابە گرفتت لە پەيوەندی هاوسەرگیریدا دەبیت، بە گشتی زور نارازیت لەوێ شتەکان بە چەشنیک بەرپووە چوون، کە هەرگیز بە خەون و خەیاڵیشتدا نەهاتوو ئەم وشانە لە میردەکەتەوه بیستی لە ڕۆژنیکي خوشی هاویندا «خۆشم ناوینیت، ڕۆژیک نەبووه کە

خوشم ویستبیت. من دهرۆم. منداله کانیش لیم تیده گهن و ده یانه ویت  
خوشبهخت بم.»

ئه مه چیرۆکی جیا بوونه وه و ته لاق نییه و چیرۆکی پارانه وه له  
میرده کهم نییه تا کو بمینیتیه وه. چیرۆکی بیستنی «چیدی خوشم  
ناوینیت» له له میرده کهم وه و بریار دانه له وهی بروای پی نه کهم.  
پاشان له ئه نجامدا چی پرووده دات.

سه رنج له مه بده: مندالیک هه لده چیت و توو ره ده بیت. هه ول  
ده دات له دایکی بدات، به لام دایکی لینی ناداته وه و سزای نادات  
و ئامۆژگاری ناکات. له بری ئه وه ته نها فه راموشی ده کات. پاشان  
دایکه که خه ریکی کاروباری خوی ده بیت، وه ک ئه وهی هه ی هه لچوون  
و توو ره ییه ک نه بوو بیت. هه ی شتیک ناکات، ته نها وا ده ری ده خات  
هه لچوونه که په یوه ست نییه پیوه ی و به شتیک که سی تاییه ت  
وه رینا گریت.

با پروونتر بلیم: نالیم میرده کهم هاوشیوه ی مندالیک هه لچووه.  
گرفته که ی ئه و زور له وه که وره تر بوو که په یوه ست بوو به ژیا نی  
که نجییه وه، کاتیک وا ده زانین رینگاکه مان چیدی به ره و پیش ناروات  
وه کو پیشتر. بریارم دا به هه مان چه شنی هه لچوونی منداله کهم  
کار دانه وه م بۆی هه بیت. به هه مان شیوه بو ماوه ی چوار مانگ  
وه لامم ده دایه وه.

«چیدی خوشم ناوینیت و هه رگیز خوشم نه ویستوی.» وشه کانی  
هاوشیوه ی مسته کۆله یه کی توند به ره و پرووی من هاتن. هه رچۆنیک  
بیت توانیم فه راموشی بکه م. کاتیک هاتمه وه هوش و خۆم کۆنترۆل  
کرد، وتم: «گرنگ نییه به لامه وه».

به سه رسامیییه وه کشایه وه. وا دیار بوو پیشبینی کرد بیت بده مه  
پرمه ی گریان و لینی توو ره بم و هه ره شه ی لی بکه م، یا خود لینی



بدریمه وه تاكو بریارهكهی بگوریت. پاشان وتی: «حه زم لهو شیوازهی ئیستات نییه.»

كه میک وه ستام. چون دهتوانیت شتیکی لهو چهشنه بلیت؟ لهو کاته دا ویستم تووره بزم و شهر بکه م و بگریم، وه لی هیچم نه کرد. له مری نه وه ئارامیهك دایگرتم و ئەم وشانەم وتەوه: «گرنگ نییه به لامه وه.»

ده بینیت له م دوایه دا په یوه ست بووم به وهی کوتایی به نه هامة تییه کانم بهینم و له کوتاییدا توانیم ئەو دهنگانه له میشتک و خه یالما ده ربکه م که پشیان وتم: خوشبه ختیم هاوشیوهی سه رکه وتنه کانمه و په یوه ستن به شتانیکه وه که له دهره وهی ده سه لاتی خۆمدان. گه مژهیی ئەو هاوکی شهیه م بینى بوو و بریارم دا بهرپر سیاریتی خوشبه ختی خۆم هه لگرم.

میرده که م هیشتا ئەو شیوازی تیگه یشتنه ی نه بوو. چیژی له چه ندین ساله ی کارکردنی وەرگرتبوو، پاداشته که ی بژیوی ژیا نی خیزانه که مانى دابین کردبوو، هه وله نوییه که ی به باشی بهرپوه نه ده چوو و توانای بوونه نانپیدا که ری خیزانه که به ره و کزی پویشست. به م هۆیه وه زۆر خه مبار بوو، هه ستی به بیتوودی ده کرد و له نیو ههسته کانیدا ون بوو. پاشان دهیه ویست له خیزانه که بجیته دهره وه، وه لی به لامه وه گرنگ نه بوو.

وتم: «من هه ست ناکه م مندا له کان نیگه رانی خوشبه ختی دایک و باوکیان بن. مه گه ر ئەوه ی بته ویت په یوه سستییه کی زۆریان بۆ دروست بکه یت بۆ ئەوه ی ژیا نیان له په یوه ندیییه کی خراپدا بگوزه رینن. کات هه یه له په یوه ندیییه کاندا که لایه نه کان پیوستیان به پشوویه ک هه بیت. دهتوانین چیت بۆ بکه ین تاكو ئەو پشووه ت بۆ بره خسیتین بی ئەوه ی زیان به خیزانه که بکه یه نین؟»

وتى: «چى؟»

«برو مو گەشتىك بو نىپال، كوڭىك دروست بىكە لە مىرگەكە، ستودىيوى گەراجەكە بىكەرە ئەشكەوت، ئەو دەفە بەينە كە ھەمىشە ھەزەت لىيى بوو، ھەر شتىكى تر كە ئارەزووى دەكەيت، ۋەلى نازاردانى من و مندالەكان كاريكى بىمانايە كە لە بارمىەو دەدوئىت.» پاشان دووبارەم كردهو: «دەتوانىن چىت بو بىكەين تاكو ئەو پشووھەت بو برەخسىنىن بى ئەوھى زىان بە خىزانەكە بگەيەين؟» «چى؟»

«چۈن دەتوانىن ئەو پشووھەت بو برەخسىنىن؟»

وتى: «من پشووم ناوئىت، دەمەوئىت جيا بىمەو.»

شتى زۆر بە خەيالىمدا ھاتن. ئايا ئافرەتتىكى تر بوونى ھەيە؟ دەرمانى بىھۆشكەر؟ نەينىيەكى ترسناك ھەيە؟ پاشان ۋەستام. تووشى نەھامەتى نايەم. لە برى ئەو پوئىشتمە سەر مىزەكەم و لە گوگل گەرام: «جىابوونەوھى بەرپرسىارانە» و لىستىك ھاتە پىشەو. ئەم شتەنەي لەخۇ دەگرت: كى رىندراوھ كارتى ئەژمار بەكار بەئىت؟ مندالەكان لەگەل كىدا دەتوانن لە شارۋچكەكە بىبىن؟ كى دەتوانئىت كلىلەكان بەكار بەئىت؟

تەماشاي تەواوى لىستەكەم كرد و خستەم بەردەستى ئەو.

ۋەلامى دايەو: «كلىلەكان؟ تەنانەت كلىلى خانوۋەكەيشمان نىيە.» بايەخم پىنى نەدا. ئازارم لە چاۋەكانىدا ھەست پى دەكرد.

وتى: «ئى، تىگەيشتم چى دەكەيت. دەتەوئىت بچمە ژىر چارەسەرەو. ناتەوئىت من جيا بىمەو. مندالەكان لە دژم ھان دەدەيت.» «ھەرگىز وام نەوتوۋە. تەنھا پرسىم دەتوانىن چىت بو بىكەين تاكو پشوۋىەك بدەيت كە پئويستە؟»

«وازبەينە!»

میرده کهم جیا نه بوویه وه، وهرزی هاوینی به که مته رخمی و  
حه مساردانه گوزهراند. کاتژمیر شەش نه ده گه رایه وه. تاکو درهنگ  
له دهره وه ده مایه وه و په یوهندی نه ده کرد. گرنگی به رۆژی چواری  
ماگی ته ممووز نه دا، بو ئه وهی پیکه وه پیاسه بکهین و که باب  
ببرژینین و یاری ئاگرین بکهین و بچین بو ئاههنگی کهسانی دی.  
کاتیک له ماله وه ده بوو، خوی دوور ده گرت. ته ماشای چاوهکانی  
نه ده کردم. ته نانه نه یوت: «یادی له دایکبوونت پیروژ».

هیچ خۆم تینه له قورتان. رپی خۆم گرتبوو. به منداله کانم  
وت: «باوکتان کاتیک سەخت به رپی دهکات، هاوشیوهی کهسانی  
پیکه یشتووی دی. هەرچییهک بیت، ئیمه خیزانیکین.» من و  
منداله کانم نیکه ران نه بووین.

هاورپی دلسۆزه کانم له بری من توو په بوون: «چۆن ده توانیت  
هیچ نه کهیت و بهرگهی پهفتارهکانی بگریت؟ ده ریبکه ره دهره وه!  
پاریزه ریک بگره.»

به گوینی ئه وانیشم نه کرد. ئه م پیاوه ئازاری هیه، ئه وهش  
گرفتیی من نییه تاکو چاره سه ری بکه م. له راستیدا ده بوو له سه ر  
رپی دوور بم، تاکو

بتوانیت چاره سه ری بکات. ده زانم بیر له چی ده که یته وه: که سیک  
لاواز و ترسنۆکم و بهرگهی هه موو شتیک ده گرم له پیناو مانه وهی  
خیزانه کهم پیکه وه. په نگه له و ئافره تانه بم که ته نانه بهرگهی  
چه وساندنه وهی جهسته ییش بگرم. دلنیات ده که مه وه من به و  
شیوه یه نیم. من ئه سپی ۱۵۰۰ پاوه ند بهرز ده که مه وه بو نیو  
باره لگر و به نیو ناوچه بهرزهکانی مونتانا دا ته واوی هاوین غار  
به ئه سپ ده دم. بهرگهی مندالبوونی سروشتی و نه شتهرکه ریم

گرتوۋە بەبى ۋەرگرتنى دەرمان. بە كورتى تىگەيشتىم كە من  
ھۆكارى گرتى مىردەكەم نىم، بەلكوۋ خۇى بوو. ئەگەر گرتەكەى  
بىكردايەتە شەرىكى ھاۋسەرگىرى، دەيىكردە گرتى ئىمە. پىۋىست  
بوو لەسەر رىنى لاچىم، تاكو ئەۋە پروۋنەدات. بىريارم دا ماۋەى  
شەش مانگ دەرەفتى بۇ پرەخسىتىم.

بە پۇژگارى خوش و سەختىشدا تىپەريوم. لە پۇژە خوشەكاندا  
رىنگاى خىرام دەگرتە بەر و ھەست و وتە رەقەكانى مىردەكەم  
فەرامۇش دەكرد. لە پۇژە ناخوشەكاندا خۇم دەدايە بەر خۇرى  
مانگى ئاب و رىقم لە مىردەكەم دەبوۋىەۋە، لە كاتىكدا مىندالەكان  
بەنىو ئامىرى ئاوپرژاندەكاندا راياندىكرد. ھەرگىز سازشم نەكرد.  
ھەرچەندە بە شتىكى بىمانا دادەرنىت بلىم: «بە شتىكى كەسى  
ۋەرىمەگرە.» كاتىك مىردەكەت پىت دەلىت كە چىدى خوشى  
ناۋىت و ھەندىك جار پىۋىستە تۇش ھەمان شت بىكەيت.

لەبرى ئەۋەى ھاۋار بىكەم و بىگىم، ياخود بىپارىمەۋە، چەند  
بژاردەيەكم خستە بەردەمى. ھاۋىنىكى خوشم پرەخساند بۇ  
خىزانەكەم و بە بەشدارىكردن، ياخود نەكردنى، پىشۋازىم لىنى  
كرد، كەۋتبوۋە سەر بىريارى خۇى. ئەگەر بەشدار نەبوۋايە،  
ئەۋە بىرمان دەكرد، ۋەلى بەبى بوۋنى ئەۋىش ھەر باش بوۋىن.  
بەلى، بە دلنبايەۋە دەمۋىست لەگەلىدا دانىشم و رازىى بىكەم كە  
بمىنىتەۋە، خوشى بوىم، شەر بىكەين بۇ ئەۋ شتەى بۇى دروست  
بوۋىن، ۋەلى نەمكرد.

گۈشتىم دەبرژاند و شەربەتى لىمۇم دروست كرد و مىزىكى  
چۋار كەسىم رازاندىۋە، لە دوۋرىشەۋە خوشم دەۋىست.  
پۇژىكىان زوۋ لە كار كەرايەۋە مالەۋە و گىاي دەبرى. كەس

گیایەکی خوی نابریت ئەگەر مەبەستی پۆششتن و جێهێشتنی  
بیت پاشان دەرگایەکی چاک کردەوێ که ماوەی هەشت سال بوو  
شکابوو. هەروەها وتی، که پێویستە بەرەهەیانە که بۆیاخ بکات.  
هەروەها وتی، پێویستە زستانی داھاتوو داری بۆ پەیدا بکەین.  
ورده ورده کهوتە باسکردنی داھاتوو. لە ساتی ئێوارەخوانی  
یادی سوپاسگوزاریدا بوو که مۆری لەسەر کرد. میردەکەم بە  
نەرمییەوێ سەری دانەواندەوێ و وتی: «سوپاسگوزارم بۆ بوونی  
خیزانەکەم.»

بەلێ، میردەکەم گەڕایەوێ بۆ ناومان. بینیم که چی شتیک  
لەناو چووە: شانازییەخۆکردن. میردەکەم شانازیکردنی لە خۆیدا  
نەهێشت. پەنگە ئەوێ پڕووبدات کاتیک لە نیوێ تەمەنداین و دواتر  
بۆمان دەرەکەوێت چیدی گەنج نین.

ئەوێ هاوسەر، زەوی، پیشە، یاخود پارە نییە که خوشبەختیمان  
بۆ دینیت. ئەو دەسکەوتانە و پەڕیوەندیانە تەنها خوشبەختیمان  
زیاد دەکەن. خوشبەختی لە ناخی خۆمانەوێ سەر هەل دەدات.  
پشتبەستن بە هەر هاوکیشەیهکی تر دەکریت ترسناک بیت.

میردەکەم لەنیو ئەفسانەکاندا ون بوو، بەلام دواتر ڕینگە  
پزگاربوونی دوزییەوێ. دواي ئەوێ گفتوگۆیەکی زۆرمان کرد. لە  
پاستیدا میردەکەم هانی دام لە بارەي ئەزموونە سەختەکەمانەوێ  
بنووسم، تاکو هاوکاری هاوسەرائی تر بکات لەو دۆخانەدا.  
ئەوانەي هەست بە ترس و چەقبەستوویی دەکەن و هەست دەکەن  
هەستەکانیان هەمیشەیین و ڕینگەي پزگاربوونی ئاسان دەدۆزنەوێ  
و وا هەست دەکەن که دەتوانن پزگاریان بیت. میردەکەم ویستی  
بۆ ئازارەکانی لۆمەم بکات.

### همه کهى چى بوو؟

وته و ته کنیکه که گالته چارانه و خراپ بوو. به ته واوی ههسته کانی  
میرده کهى فه راموش کرد و به توو به بوونیکى مندا لانه به راوردی  
کرد، له برى تیگه یشتن له ههسته کانی و کارکردن له سهریان. دواتر  
شانازی ده کرد به وهى چون خوی بزگار کردووه و وتوویه تی:  
«هیچ لام گرنگ نییه.» کاتیک میرده کهى ههسته کانی خوی بو  
دهر بریوه. هیچ هاو خه مییه کی راسته قینه بوونی نه بووه. هاو خه می  
بریتییه له تیگه یشتن له ههستی که سیک له روانگه ی خویه وه، نهک  
خوته وه. میهره بانى بریتییه له تیگه یشتن له وهسته تانه، ته نانه ت  
نه گهر چه زیشت لیان نه بیت. پیزانین و هاو خه می و میهره بانى  
گرنگن بو په یوه ندیییه کی سه رکه وتوو. به پیچه وان وه گیچه لى ههست  
و سوزی بریتییه له سه پاندنی ئه وهى که نابیت که سیک به و شیویه  
ههست بکات. رهنگه راستیییه که ئه وه بیت ژنه که هیچ بیرۆکه یه کی  
نه بووه له باره ی ئه وهى گرفتیک له هاوسه رگیرییه که یاندا هه بووه و  
ئهمه ش ئاماژه یه که بو که می توانای بینینی شته کان، نهک له روانگه ی  
خوته وه، به لکوو له روانگه ی هاوسه رکه ته وه.

### سه رکه وتوو بوو

باشه چون بزانی؟ ته نها له بهر ئه وهى میرده که فریزه کهى  
ده بری و له یادی خوانی سوپاسگوزاریدا سوپاسگوزاریی خوی  
دهر بری؟ ئه وه به جدیتیه؟ دهروونی مروؤف له وه ئالوزتره.  
سه رنج بده ده بینیت ته واوی بابه ته که له روانگه ی ژنه که خویه وه  
نووسراوه، ئه ی چى له باره ی روانگه ی میرده که وه؟ ته نها شتیک  
بزانی له باره ی ههسته کانی میرده که وه ئه وه یه که ژنه که ی وه لامی



دایەوێ به: «لام گرنگ نییه.» ئەگەر بابەتەکە لە روانگەی میردەکەوێ مۆسەرەبای، ئەوکات دەموت کە هەستی چۆنە. بەلام وتنی ئەوێ ژێکە سەرکەوتوو بوو، چونکە میردەکەێ جێی نەهێشتووێ شتیکی باشە. ئایا هەرگیز گۆییستی ئەوێ نەبووین هاوسەرەکان لە پێناو منداڵەکانیاندا پیکەوێ مابێتنەوێ؟ یاخود چی دەبوو ئەگەر میردەکە هەستەکانی بشاردایەتەوێ، چونکە بە لای ژنەکەێهێوێ پەسەندکراو نەبوون. بە لای ژنەکەوێ گرنگ نەبوو. ژنەکەێ تەکنیکی قۆرخکردنە کە دەریدەخات چی شتیکی بەدلە و چی بەدل نییه. دەروونناسەکان بەم تەکنیکانە دەلێن: «هۆکارەکانی چەوسانەوێ» و باش نین، یاخود ئایا دەکریت بە تەکنیکی پەیوەندی و ئاخوتنی سەرکەوتوو دابترین. ئەم هۆکاری چەوساندنەوانە دەبنە هۆی بەشداربوون لەوێ دکتۆر هاقیل هیندریکس لە پەرتووکی کەێ بە ناوی، «بەدەستەینانی ئەو خوشەویستییهێ دەتەوێت» بە «خودی هەلە» «خودی ونبوو»، یاخود «خودی حاشالێکراو»، ناوێهێدی دەکات. ئەم تەکنیکە لە لایەن زۆریک لە دایابانەوێ بەکار دێت لەگەل منداڵەکانیاندا و جێی داخە کە شانازی پێوێ دەکەین کاتیکی لەنیوان هاوسەرەکاندا بەکار دێت.

هەرۆهێ پێویستە بوەستین لە هەلسەنگاندنی سەرکەوتنی هاوسەرگیری تەنهای بەوێ میردەکە لەو چواردەورەدا دەمینیتەوێ بو برینی گیا و فریز و سوپاسگوزار دەبیت لە ئێوارەخوانی یادی سوپاسگوزاریدا. شتیکی قوولتر لە پەیوەندی سەرکەوتوودا هێه. ئەوێ هەلسەنگاندنی هاوسەرگیری نییه. زۆر کەس ستایشیان دەکرد بەو کارەێ ئەنجامی داوێ، چونکە ئەو نەویستووێ جیا ببیتەوێ. کەمیک هەن هەولیان داوێ دۆخەکە لە روانگەێ میردەکەێهێ هەلسەنگێن. لە یادێ بیت ئەوێ کە دەیهوێت جیا ببیتەوێ

هه مېشه كه سه خراپه كه نيه و نه وهى دهيه ویت بمینیته وه هه مېشه  
قوربانیه كه نیه. په یوه نډیه كان زور له وه قوولترن.  
تاكه شتيك كه لىي دلنیاين نه وهیه ژنه كه نامانجه كهى خوى  
پيكاوه. به شيوهیه كهى سه ركه وتوانه دهستی به سه ر په فتار و  
هه ستي مېرده كهيدا گرتووه، وهلى نه يتوانيوه به باشى لپيان  
تيبكات و هاوخته مى بيت. هم بابته په ياميكى ترسناكى له  
بارهى كومه لگا كه مانه وه خسته وو، كه په نكه زياتر ئاره زوى  
ده سته سه ردا گرتنى په فتارى كه ساني دى بين، نه وهك نه وهى لپيان  
تېبكه ين.

### كام ريگا باستر بوو؟

سه رها ده بوو هه سته كانى مېرده كهى به رز بنرخينيت و ريزى  
بگريت، له برى نه وهى نكولى لى بكات، يا خود فه راموشى بكات. نه مانه  
بنچينه كانى په يوه ندى نيوان كه سه كانن. به راورد كړدى هه سته كانى  
پياوړيكى پېگه يشتوو به تووړه يى و هه لچوونى منډال نمونو نهى  
بېرزييه. دواى نه وه ده بوو هه نكاو به رهو په كتر بنين. ده بوو  
له برى فه راموش كړدن و به كه مزانين و نكولى كړدن له هه سته كانى  
مېرده كهى پيشنيارى راويژى بكدايه، يا خود لهو شتانه رابمايه كه  
خوى ده يتوانى له پيتاو باستر كړدن و په ره پيدانى په يوه نډيه كه يان،  
نه نجاميان بدات. به پېچه وانوه به ته واوى نكولى ده كړد له وهى  
گرفتېك له هاوسه رگيرييه كه ياندا هه بيت. پاشان ته واوى لومه كهى  
خسته نه ستوى مېرده كهى. وا ده ريخست كه كېشه كه سه د له  
سه د دووره له خويه وه و پاشان فه راموشى كړد و چاوه رپى كړد  
نه مينيت. نه وه شتيكه كه نابيت له په يوه نډيه كدا، يا خود په ره پيدانى  
خوتدا نه نجامى بدهيت.

به دلنیا ییه وه هیچ تیرامانیک نه بوو له وهی که رهنگه بتوانیت  
حوی بگوریت تاکو په یوه ندیه که باشتو بکات. له بری نه وه ته واوی  
گرفته که ی به وه لیک دایه وه که میړده که ی مندالینکی نا ژیره و  
خویشی قوربانیه که یه. تیناگه م قوربانی چوڼ لیکدا وه ته وه. نه وه به  
چه وساندنه وه و گنچه لی هستی ده زانم. بروام وایه نه م پروودا وه  
زور شت له باره ی هست و سوزی کومه لکه که مان پروون ده که نه وه،  
کاتیک رهفتاره کانی ژنه که نه ک نه وهی قبول ده کړیت، به لکوو  
ستایشیش ده کړیت.

ته نانه ت نه گهر میړده که ی هندیک له خه مه کانی خستیتته سهر  
ژنه که ی، تاکو بروا بکات هیچ شتیک نییه ژنه که بتوانیت نه نجامی  
بدات، تاکو گرفته که سووک بکات، بریتیه له خو به راستزانین.  
بیرکردنه وه له وهی که نیمه ناماده بوویه کی ناکاری که رین له  
گرفته کانماندا، یاخود گرفته کانمان به ته واوی به هو ی هله ی که سیکی  
تره وه یه بریتیه له گرنگیدان به خود و هله یه. به دلنیا ییه وه  
هندیک شت هه بوو دهیتوانی پولی تیدا هه بیت و له خویدا  
بیگوریت تاکو هاوسه رگریه که یان به هیژ بکه ن. هیچ که س کامل  
و بی که موکورتی نییه و هه موومان شتانی که مان هه ن که دهتوانین  
له خو ماندا باشتریان بکه یین، تاکو په یوه ندیه که کانمان به هیژ و پته و  
بکه یین، به لام بیرکردنه وه له وهی ته واوی گرفته که به هو ی هله ی  
ژیان و نارازی بوونی پوخی میړده که یه، له کاتیکدا ته واوی لومه که  
له سهر خو ی لا بدات و بیخاته سهر میړده که ی و وا دابنیت که هیچ  
شتیک نییه خو ی بتوانیت به ره و پیشی ببات، یاخود بیگوریت.

## گرفتی گەنجیم



هەمووان گرفتیان هەس، بەلێ مامۆستای پۆلی حەوتەممان وای  
پێ وتین. داوای لێ کردین هەموو گرفتەکانمان هاوشێوەی تۆپیک  
لێ بکەین و بیخەینە شوینیکەوێ کە پێ بوو لە گرفتێ کەسانی  
دی. پاشان پێی وتین ئایا ئەگەر بژاردەیه‌کمان بخریتە بەردەست،  
هەموومان تۆپەکەیی خۆمان هەلدەبژێرین؟

هەرچەندە زۆر منداڵ بووم تاكو به تەواوی لەم لێکچواندنه  
تینگەم، وەلێ زانیم هەمووان گرفتیان هەس، منیش یەکیکم لەو  
کەسانە. گەورە بووم و خەمۆکی بوو یە بەشیکی سروشتی ژیانم.  
بە درێژایی قۆناغی ناوەندی و لە قۆناغی ئامادەیییدا نمرەیی نزم  
بەردەست دەهێنا و خەمۆکی بەردەوام بوو. بە کورتی هەمیشە  
خەمۆکیم هەبوو.

پۆژیکیان لە قۆناغی دەی ئامادەیی هەستم بە هەناسە تەنگی کرد.  
تینەگەیشتم بۆچی، وەلێ هەستم کرد سییەکانم هەوايان بۆ ناچیت.  
تەواوی پۆژەکە و پۆژی دواتر بەو شێوەیە بوو. کاتیک بۆ ماوەی  
چەند هەفتەیەک ئەم هەناسە تەنگییەم بەردەوام بوو، لە کۆتایییدا  
چوومە سەردانی پزیشک. پشکنینی بۆ سییەکانم و هەناسەدانم  
کرد، پاشان وتی: «هەست دەکەم تووشی خەمۆکی بوویت.»

هەناسە تەنگیم بە درێژایی ئەو سالا بەردەوام بوو. هەرچییه کم دەکرد بەم دەتوانی لیبی رزگار بێم، هەروەها نەم دەتوانی خەمۆکییه کم چارەسەر بکەم کە هوکاری هەناسە تەنگییه کم بوو. تەنها و تەنها ئارەزووی زیانیکی ئاساییم دەکرد. هەموو رەنگیک باشتەر و جوانتر سوو لە رەنگی خۆلەمیشی، هەروەها هەموو تۆپیک باشتربوو لە تۆپی خەمباری. لە پێناو هەلبژاردنی تۆپیکی تردا، هەموو شتیکم دەبەخشی.

هاوینی پێش قوناغی یازدە ئامادهیی بۆ یەكەمجار تووشی تۆپیکی جیاواز بووم، تۆپیک کە کەسیکی دی هەلیدا بوو. ئەو سالا تووشی ترس بووم. لە ماوهی وەرزی یەکەمی قوناغی یازدە ئامادهیییدا مامۆستای زیندەزانی هەلبژاردم بۆ دەستە ی سەرکردایەتی نیشتمانی گەنجان لە پزیشکیدا. توانیم بە هاوکاری خوشکە کم کە پارهی خۆیتنە کمەمی دەدا، بەشدار بـم.

لەو کاتەدا دُنیا بووم لەبارهی بوونە پزیشک، هاوشیووی دُنیا ییم لەو هی کۆنفرانسه کە بیرۆکەیه کی باش بوو. دواتر بۆم دەرکەوت زۆر هەلە بووم. بە دُنیا ییه وه دواتر درکم بە وه کرد زۆر هەلە بووم لە بارهی هەردووکیانە وه. بەشی پزیشکی گونجاو نەبوو بۆم و کۆنفرانسه کەش بیرۆکەیه کی باش نەبوو. لە راستیدا ئەگەر لەو کاتەدا بمرانیا یه دوا ی کۆنفرانسه کە چی پوودە دات، هانی خوشکە کم دەدا لەبری ئە وه پشک بکڕیت، یاخود تەنها وا خۆم نیشان بدایه پێوانی لێدانی دلم دە کم.

تەنها لە دەربرینیکی سادە دەچوو، وهلی بەو چەشنە نەبوو. دەزانیت زیهن شویتنیکی هەستیاره و زۆر بە سهختی هاوسهنگ دەبیت. باشتەر دەستکاری نەکریت. لەو پۆژهی مانگی شوباتدا دەستکاری هاوسهنگییه کم کرد و تەنانەت نەم دەزانی چیم کردوو.

له ماوهی کو بوونه وهیه کدا له باره ی نه وهی چهنده سهرنجر اکیشه  
بیته پزیشکی نیسک، داوامان لی کرا لیدانی دلمان بیوین. گرفتم  
هه بوو له پیوانی لیدانی دلمدا، بویه خویندکاریکی بهشی پزیشکی  
یارمه تی دام.

نیگه ران دیار بوو و وتی: «لیدانی دلت له سهرووی سده، ئەم  
ریژهیهش کهمیک زیاده بو لیدانیکی ئاسایی.»

تهنها وتهیه کی ئاسایی بوو و بو تهواوی ساله که نیگه رانی  
کردم. کاتیک گه رامه وه ماله وه، جاریکی تر پشکنیم بو لیدانی دلم  
کرده وه. هیشتا ریژه که ی بهرز بوو. زور ترسام. نه مده زانی گرفته که  
له چی دایه. چی به سه ر دلمدا دیت ئەگه ر بهم شیوهیه بهردهوام  
بیته؟ چون ده بیته بهم شیوهیه بیته؟ بیرم کرده وه «من له سه رخو  
خوم ده کوژم و ناتوانم هیچ شتیک بکه م.»

بهردهوام بیرم ده کرده وه، ئایا ده بیته دلم شه که ت و ماندوو  
بیته و له لیدان بوه ستیته؟ له گه ل هه ر بیر کردنه وهیه کی نه رینی و  
بیزار که ردا، لیدانی دلم بهرز ده بوویه وه و به هیزتر ترپه ی ده هات.  
پیویسته رابکشیم. وه لی هیچ شتیک سوودی نه بوو. هونه ره کانی  
پشوودانم بیر هاته وه که راپوێژکاری قوناغی ئاماده یی فیری  
کرد بووین، هه ناسه م هه لمژی و پاشان هه ناسه م دایه وه. چهنده  
جاریک ئەم هونه ره م دووباره کرده وه، وه لی هیچ سوودیک نه بوو.  
ئهو شه وه و شه وانی تهواوی ئەو ساله ده نوو ستم له کاتیکدا  
لیدانی دلم ترپه ی ده هات. به یانیان کهمیک باشتتر ده بووم، به لام  
پیش نه وهی ده ست بکه م به جووله، میشکی لایرادیم ده که وته کار  
و جاریکی تر دهیشیواندم. هاوشیوهی زیندانییه ک وابووم.

له کاتیکدا بیر کردنه وه کانی تر ده هاتن و ده چوون، وه لی ئەم  
نیگه رانییه م بوویه هاوده می هه میشه یی میشکم. هاوشیوهی



گورانیه کی ناخوش، یاخود دهنگیکی ناخوش له گویندا وایوو.  
هرچییه کم بگردایه نه و بیرکردنه وه ناخوشه م له گله دا بوو و  
رزگار بوونم لئی نه بوو.

بریارم دا له پیناو هاوسه ننگردنه وهی لیدانی دلمدا، هه موو شتیک  
بکه م. ناوم تومار کرد بو چوونه خولیکي هه ناسه دان، تاكو هاوکارم  
بیت له پشوودان. کاتیک چوومه خووله که وه، تاکه کهس بووم  
ته مه نم له خوار حه فتا و پینج سالییه وه بیت و ئامیری هه ناسه دان  
به کار نه هینم و تووشی گرفتی هه ناسه دان بووبم.

زور خیرا درکم به وه کرد هاوشیوهی گرفته کانی تر تاكو  
زیاتر هه ولی چاره سه رکردنی بدهم، خراپتر ده بوو. به کوردیه که ی  
بیرکردنه وهی خوم بوو نه و گرفته ی بو دروست کردبووم و دواتر  
نه مده هینشت کوتایی بیت.

بویه بریارم دا لیدانی دلم فهراموش بکه م. کتیییکی بیرکاریم  
کرده وه تاكو خوم به شتیکه وه سه رقال بکه م. تاراده یه ک سوودی  
هه بوو، وه لی کاتیک هه ولم دا شیکاری ئیکس بکه م، لیدانی دلم بیر  
که وته وه و گرفته که سه ری هه لدایه وه.

ته نها ته مه نم حه فده سالان بوو کاتیک ببوومه زیندانیی  
بیرکردنه وهی خوم. نه م ترسه ناخوش و نالوژیکیه به ته واوی  
دهستی به سه ردا گرتبووم، تاكو ئیستا بیر ده که مه وه بوچی به و  
چه شنه بوو؟

رهنگه سروشتی خوم وایوو بیت، هوکاری جینات بیت، یاخود  
نه وه ته نها وانه یه ک بووه و ده بوو فیربم. هه مووان به ده ست  
شتیکه وه ده نالینین، به لام له و هاوینه دا توپی که سیکي ترم هه لگرت،  
بوم ده رکه وت ده بیت روژیک خه مکی هه لبریرم.

## دۆزینه‌وه‌ی به‌هه‌شت



زۆریک له ته‌مه‌نم له هه‌ولدان بو پیکه‌ینانه‌وه‌ی دژواری و ئاسانیدا به‌سه‌ر برد. له لایه‌که‌وه پیمان ده‌وتریت رینگا راسته‌که ئاسان نییه و پنیوستی به تیکوشان و قوربانیدانه. له لایه‌کی تره‌وه ئیمه‌ی مروّف هه‌میشه ئاره‌زووی ئاسانی و خوشی ده‌که‌ین. درکم به‌وه کردووه رینگاکه هه‌میشه پره له ململانی، تاقیکردنه‌وه و ناخوشی. سه‌ختی و دژواری دینه پیش و زریان هه‌ل ده‌کات. وه‌لی به ویستی په‌روه‌ردگار له ساتی ناره‌حه‌تییه‌کاندا، خوشی و سانایی دینه پیش بۆت. ئه‌وه‌ی پشت به په‌روه‌ردگاری بیه‌ستیت به وشکی و سه‌لامه‌تی ده‌مینیته‌وه، ته‌نانه‌ت له ساتی سه‌ختترین و به‌هیزترین زریاندا. په‌نگه له ده‌ره‌وه باران بیاریت، وه‌لی به وشکی بمینیته‌وه به‌هزی په‌ناگی په‌روه‌ردگاره‌وه. په‌نگه له ده‌ره‌وه زریان بیت، وه‌لی له ناخه‌وه هیمنی و ئارامی هه‌ست پی بکه‌یت. ته‌نانه‌ت پریشکی ئاگری ژیا‌نت ده‌کریت بیته «بَرْدًا وَسَلَامًا»، سارد و بی زیان بیت هاوشیوه‌ی ئه‌وه‌ی به‌سه‌ر په‌یامبه‌ر ئیبراهیمدا (ع) هات. بویه زۆر هه‌له بووم هه‌ولم ده‌دا به‌هه‌شتیک دروست بکه‌م له دیوی ده‌ره‌وه‌دا کامل و بی زریان و ئاگر بیت، وه‌لی ئه‌مه له‌م دونیا‌یه‌دا بوونی نییه. ده‌بوو بیرکردنه‌وه‌م بگۆڕم. ده‌کریت به‌هه‌شتیکی ئارام و پر

ئاشتى لە ناخەو ھەبىت، ئارامىت لە ناخى خۇتدايە. ھىچ كەسىك  
ئاتوانىت لىتى بىنىتەو ھەبىت، ھىچ زىيانىك ئاتوانىت كارى تى بىكات.  
ھىچ بارانىكى پى ناكات، تىبىكۆشە بۇ دروستكردنى ئەو بەھەشتە  
و چوونە نىويەو ھەبىت، بەو شىو ھەبىت لەم دۇنيا و دۇنيای ئاخىرەتدا  
بەھەشت بە قىسمەت دەبىت.

## زریانە که بەرپۆهیه



دەمەوێت باسی هەژاری و نەداری بکەم. وەلى ئەو هەژاری و نەدارییە نا که هەموومان پێی ئاشناین. پێش ئەوەی باسی شتیک بکەین پێویستە پۆلێنی بکەین و پێناسەی بکەین. بۆ ئاخاوتن لەبارەی هەژاری و نەدارییەوه پێویستە تیبگەین هەژاری دەرەکی و هەژاری ناوەکی هەیە. یەکیکیان زۆر لەوی تریان ترسناکترە، چونکە جۆریکیان دەریدەخات چون ژيانیکی کاتی دەژین و ئەوی تریان دەریدەخات چون ژيانیکی هەمیشەیی دەژین. باسی جۆری دووهمی هەژاری دەکەم که زۆر گرنگە. هەژاری ناوەکی بریتییه له هەژاری بۆج. وەسفی بۆجیکی نابەرچەستە دەکات. ئەو بۆجەى خولقیندراوه، وەلى شکستمان هیناوه له درککردن بەوەی بۆچی مەبەستیک خولقیندراوه. بۆجیکە ژيانیکی بى ئامانج و مەبەست دەژی. دلەکه لێدەدات، وەلى مردووه، چونکە کاتیک دەگریەت، له جیهانی ماددەدا خوینی لی دەپژیت و هەست بە ئازار دەکات، بۆجەکه هیچ بەم شتانه کاریگەر نابێت. تەنها یەك شت هەیه بۆج شەقار شەقار بکات و لەناوی بەریت: دابراى له ئاکه پێویستى راستەقینهی که نزیکبوونه له خولقینهری، که پەرۆردگارە.

دووه م: «به راستی ئیوه له چاوه کانماندان»، ته نانه ت له ساتی نه هامه تی و گرفته کانیشدا له نیو چاوی په روه ردگار دایت. خوی ئاگادارت ده بیت له و ساتانه دا. ئای چه نده دلنه وایببه خشه.

سپیه م: پیوسته ئارام بگریت، نه ک ته نها له بهر ئه وه ی فرمانی په روه ردگار کوتایی به دۆخه که ت دینیت و ده یگوریت، به لکو و له بهر ئه وه ی خوی ئاگادار و چاودیره به سه رته وه، له ساتی نارېحه تی و نه هامه تییه کاند، واته تو له ژیر چاودیری و پاریزگاری په روه ردگار دایت و ده توانیت ئارام بگریت. ئارامگریت خوی له خویدا یه کیکه له گه وره ترین نیعمه ت و به خششه کانی په روه ردگار.

پوخته ی قسان: به هوی زانایی و دانایی په روه ردگاره وه یه ده زانین و ده بینین به چی دۆخیکدا ده گوزه رینین و توانای هیه ئارامیمان پی ببه خشیت.

## زریانە کە بەرپۆهیه



دەمەوێت باسی هەژاری و نەداری بکەم. وەلى ئەو هەژاری و نەدارییە نا کە هەموومان پێی ئاشناین. پێش ئەوەی باسی شتیک بکەین پێویستە پۆلێنى بکەین و پێناسەى بکەین. بۆ ئاخاوتن لەبارەى هەژاری و نەدارییەوه پێویستە تێگەین هەژاری دەرەکی و هەژاری ناوەکی هەیه. یەکیکیان زۆر لەوى تریان ترسناکتره، چونکە جۆریکیان دەریدەخات چون ژيانیکى کاتى دەژین و ئەوى تریان دەریدەخات چون ژيانیکى هەمیشەى دەژین. باسی جۆری دووهمى هەژاری دەکەم کە زۆر گرنگە. هەژاری ناوەکی بریتییە لە هەژاری پۆح. وەسفی پۆحیکى نابەرجهسته دەکات. ئەو پۆحەى خولقیندراوه، وەلى شکستمان هیناوه لە درککردن بەوەى بۆچی مەبەستیک خولقیندراوه. پۆحیکە ژيانیکى بى ئامانج و مەبەست دەژى. دلەکە لێدەدات، وەلى مردوو، چونکە کاتیک دەگریەت، لە جیهانى ماددەدا خوێنى لى دەپژیت و هەست بە ئازار دەکات، پۆحەکە هیچ بەم شتانه کاریگەر نابێت. تەنها یەک شت هەیه پۆح شەقار شەقار بکات و لەناوى بەریت: دابرانى لە تاکە پێویستى راستەقینەى کە نزیکبۆونە لە خولقینەرى، کە پەروەردگارە.



دابرانی روحی هه ژاری راسته قینه و حه قیقیه. هه ژاری راسته قینه بریتییه له وهستان به هه ژاری و نه داری له رۈژی لپرسینه ودها. سه ره پای نه و راستیه به رده و امین له ژیان و خوار دندان به جه سته مان، وهلی رۈحمان برسویه. گرفته که له وه دایه گرنگی و بایه خ به و لاشه یه دده مین که کاتییه و له ناو ده چیت، وهلی روحمان که هه میسه ییه فه راموش کردووه. ده گرین کاتیک لاشه یه ک ده مریت، وهلی مردنی لاشه مردنیکي راسته قینه نییه. ته نها بریتییه له لابر دنی به رگنیک و گواستنه وه له جیهانیکه وه بو جیهانی راسته قینه. شیوه د ده که مین بو لاشه مردووه کان. وهلی دله کانمان هیچ کاریگر مین به و جه ستانه ی هیشتا زیندوون، که چی دل و رۈحیان مردوون به هو ی دووری و دابرانیان له و که سه ی ژیانی به خشویه به هه موو دروستکراوه کان، نه ویش په روه ردگاری خاوه ن ده سه لاته.

چی شتیک دل له ناو ده بات و ویرانی ده کات؟ چی شتیکه ریگه به دل ده دات هه موو شتیکي خوش بویت جگه له په روه ردگار. دل به شیوازیکی زور تایبته و بو مه به ستیکي زور تایبته دروست کراوه. کاتیک شکست دینین له به کارهینانی هه ر شتیک بو نه و مه به سته ی بوی خولقیندراوه، تووشی شکان و له ناوچوون ده بیت. دل له لایه ن په روه ردگار هوه و بو په روه ردگار خولقیندراوه. دل خولقیندراوه تا کو په روه ردگاری پی بناسیت و خوشت بویت. دل خولقیندراوه تا کو پیشکesh به په روه ردگار بکریت و پر بکریت به یاد و خوشه ویستی په روه ردگار. نه و دله ی پیشکesh به هه رشتیکي تر ده کریت، یا خود پر ده کریت له خوشه ویستی شتانیکي تر، تووشی سه خترین و پر نازارترین هه ژاری و مردن ده بیت.

## چاوی دل



ئەگەر تووشی دۆخیک، یاخود بریارینکی سەخت ھاتیت، ئاگادار بە ھەول نەدەیت تەنھا بە چاوی سەر شتەکە ببینیت. جوولانەو بە پێی ئەوێ لە جیھانی دەرەویدا دەیبینیت، گەرەترین فریودەرە و دەبیتە ھۆی لەناوچوون و لارینی. چاوی سەرت داخە. داوا لە پەرەردگار بکە دلت بجوولینیت و ھۆشیاری بکاتەو. تەنھا بە چاوی دل دەتوانیت حەقیقەت و راستییەکان ببینیت. تەنھا بە چاوی دل دەتوانیت لەنیو ئەو خەیاڵاتانەو ببینیت، بەھۆی ئازار، خوشی، یاخود ترسەو بۆت دروست بوون. تەنھا بە چاوی دل دەتوانیت لەنیو دروستکراوەکان و دوخە خولقیندراوەکانەو ببینیت. تەنھا بە چاوی دل لە ھەموو شتیکدا، پەرەردگار بەدی دەکەیت. بزانی و ھۆشیار بە تەنھا چاوی خاوەن و پاک دەتوانیت ھەموو شتیک ببینیت.

## هەر چرکە یەك لە دایکبوونە وە یەکی نوێیە



فێربە هەر چرکە یەك بە ساتی لە دایکبوون بزانی و لە چرکە ی  
پیشووتر و چرکە ی دواتر جودای بکەرەو. هەر چرکە یەك بریتی  
لە بوونیکی نوێ، جیهانیکی نوێ کە تێیدا لە دایک دەبین و دەمرین.  
گرفتی ئێمە لە وە دایە دەبینە کۆیلە ی چرکە ساتەکانی رابردوومان،  
دەبینە کۆیلە ی جیهانە کۆنەکان کە رابردوون و نەماون. وەلی لە  
راستیدا ئێمە پۆژانە زیاتر لە هەزار جار لە دایک دەبینەو. کەچی  
هیشتا زۆریکمان پێ دەدەین بەو سادەییە دووبارە و دووبارە  
بمرین، کاتێک چرکە ساتەکان تێدەپەرین. لە یادی دەکەین هەر  
چرکە ساتێک دەرفەتێکی نوێیە بۆ دەستپێکردنەو و بەردەوامبوون،  
بەرزبوونەو و ساپۆژبوون و گەشەسەندن، جیاوازیبوون و  
باشتربوون. هەر چرکە ساتێکی نوێ بانگەشە ی گۆران و نوێبوونەو  
و گەرانەو و تۆبەکردن دەکات. وەلی ئێمە زۆر سەرقالی مردنین.

## خۆشويستنى كەرەستەكان



بەيتە پيش چاوت پيويستت بە سندووقىكى پر كەرەستەيە  
و من پىتى دەبەخشم، پاشان داوات لى دەكەم خانوويەك بۇ  
خۆت دروست بگەيت. چەند كەسمان دەكەويتە خۆشەويستى  
چەكوشەكە و دروستکردنى خانووەكە لە ياد دەكات؟ چەنديكمان  
كەرەستەكان بەكار دىنين بۇ لەناوبردنى خۇمان؟ پەرەردگار ئەم  
جىهانەى پى بەخشيوين كە چەشنى سندووقىكى پر كەرەستەيە.  
پەيوەنديەكانمان، پارەكانمان، لاشەكانمان، ئەقلمان، خۆر، ئاسمان و  
ئەستىرەكان ھەموويان بەشىكن لە كەرەستەكانى نىو سندووقەكە.  
پەرەردگار داوامان لى دەكات خانوويەك بۇ خۇمان بنياد بنين،  
وہلى زۆريكمان كەوتووینەتە خۆشەويستى كەرەستەكانەوہ و  
مەبەست و ئامانجەكيمان لە ياد كردووە. بەو ھۆيەوہ خودى  
خۆشمان لە ياد كردووە.

بۆچى دەشكىين؟

دوينى شتىكى زۆر جوان فير بووم. دوو جىيى نوستم كرى،  
وا دياربوو لە كەرەستەى زۆر لاواز و ناسك دروست كرابن،  
بۆيە بە ئاسانى و بە ماوەيەكى كەم شكان. بەشى ژيرەوہيان

گرفتى تیدابوو، وهلى تاكو نه شكاه گرفته كه مان بو دهرنه كه وت. له  
نه نجامى شكاهه كه وه، نهو وه ستایه ی هات چاکیان بکاته وه، ته خته ی  
باش و قایمى بویان به کار هینا، به چه شنیک شکانیان نه سته م بوو.  
ههروه ها نه م شته له ژيانى نیمه ی شدا پرووده دات. چه ندین لاوازی  
و كه موكورتى ناوه کیمان هه یه. چون دهرده كه ون و درکیان پی  
ده کریت؟ ته نها به هوی شكاهه وه درکیان پی ده کریت. به هوی  
شکانیکه وه هه ست به كه موكورتى و لاوازی ناخمان ده که یز. هه ست  
به و كه موكورتییانه مان ده که یز كه وه كو تر نه سته م بوو بیانزانین.  
له نه نجامى شكاهه كه وه دل به هیزتر و پته وتر ده بیت.

## ئىسلام ستم و دەستدریژی پەسەند ناکات



بو ئەوانەى دەلین، بێدەنگ و خۆراگر بن لە بەرامبەر ستم و دەستدریژییەکاندا، بزائن پەيامبەرى خودا (ﷺ) فرمویەتى: **انصر أخاك ظالماً أو مظلوماً، فقال رجل: يا رسول الله، أنصره إذا كان مظلوماً. أفرأيت إذا كان ظالماً كيف أنصره؟ قال: تحجزه أو تمنعه من الظلم فإن ذلك نصره.** «یارمەتى براکەت بدە ئەگەر ستمکار بێت، یاخود ستملێکراو.» پیاویک پرسى: «ئەى پەيامبەرى خودا دەتوانم یارمەتى بدەم ئەگەر ستملێکراو بێت، وەلى پێمبلى چۆن دەتوانم یارمەتى بدەم ئەگەر ستمکار بێت؟» پەيامبەر فرمووی: «رێگری لى بکە لە ستمکردن. بەو شیوەیە یارمەتى دەدەیت.» صحیح بخارى.



## ژیان، مردن و دیداری کۆتایمان له گه‌ل په‌روه‌ردگاردا



پوځی (۲۰) ی نه‌یلولی (۲۰۰۸) کۆتا پوځی مانگی په‌مه‌زان بوو. کۆتا پوځی (نووره‌ پیشه‌) ی ته‌مه‌ن هه‌ژده‌ سال بوو له‌م ژيانه‌دا، که‌ خویندکاری قوناغی یه‌که‌می زانکوی ولایه‌تی ئه‌ریزونا بوو. له‌ نزیکه‌ی کاتریمیر ده‌ی شه‌وی (۱) ی مانگی تشرینی یه‌که‌می (۲۰۰۸) دا شوفیریک‌ی سه‌رخوش به‌ ئۆتۆمبیله‌ نیسانه‌که‌ی کیشای به‌ ئۆتۆمبیله‌که‌ی نووره‌دا و له‌نیو ئۆتۆمبیله‌که‌وه‌ هه‌لیدا.

ئینواره‌ی پوځی جه‌ژن بوو، نووره‌ کۆتاساته‌کانی له‌م ژيانه‌دا به‌سه‌ر برد. پوځی ئاهه‌نگگیران، خیزان و خه‌لات بوو، که‌س له‌و بر‌وایه‌دا نه‌بوو به‌ تراژیدی کۆتایی دیت. چه‌ندیکمان به‌یانی جه‌ژن به‌خه‌به‌ر هاتووینه‌ته‌وه‌ و بیرمان کردۆته‌وه‌، په‌نگه‌ به‌یانی دواتر زیندوو نه‌بین؟ چه‌ندیک له‌ ئیمه‌ ته‌واوی پوځه‌که‌ی ئاگاداری کرده‌وه‌کانی بووه‌؟ ئه‌وه‌ راستی ژيانی نووره‌ بوو. راستیه‌که‌ هیچ که‌س ناتوانیت پیرگی لی بکات و پێشبینی بکات. راستیه‌که‌ ته‌نها ده‌توانین ئاماده‌کاری بۆ بکه‌ین.

مه‌رگی له‌ناکاوی نووره‌، وه‌کو یادخه‌ره‌وه‌یه‌که‌ بوو بۆ گه‌وره‌ترین ئه‌فسانه‌ له‌ باره‌ی بیروپای ژيانه‌وه‌ که‌ کۆمپانیاکان ده‌یفروشن، ده‌وله‌مه‌نده‌کان ده‌یکرن و که‌سانی ئاسایی به‌ باوه‌ربوون

پنى، ژيانيان دهگوزهرينن. بریتیه له بیرۆکه‌ی نه‌وه‌ی نه‌م ژيانه هم‌میشه‌یی و نه‌براوه‌یه. کاتیک وا بیر ده‌که‌ینه‌وه نه‌م ژيانه هرگیز کوتایی نایه‌ت، هیچ هوکارینکمان نابیت تاكو ناماده‌کاری بکه‌ین بو دواى نه‌م ژيانه. نه‌نجامی نه‌م فریودانه بریتیه له زیادبوونی چیژوه‌رگرتنی دونیایی، که خوی له شوینکه‌وتن و په‌رستنی کویرانه‌ی هه‌وا و ئاره‌زووه‌کاندا ده‌بینته‌وه.

به پینچه‌وانه‌ی نه‌م جوړه که‌سانه‌وه، که‌سانیک هه‌ن چاوهریی دیداری په‌روه‌ردگار ده‌که‌ن. په‌روه‌ردگار ده‌فه‌رمویت: ﴿وَمَنْ حَقَّ مَقَامَ رَبِّهِ، وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۖ اِنَّ الْفِتْنَةَ هِيَ السَّوْى ۚ﴾ (النازعات: ۴۰-۴۱). واته: «وه‌لی که‌سانیک له دونیادا ترساییتن له راوه‌ستان له به‌رده‌م په‌روه‌ردگاری خاوه‌ن ده‌سه‌لاتدا و زانیبیتی ده‌گه‌ریته‌وه لای و له ترسی نه‌ودا قه‌ده‌غه‌ی نه‌فسی خوی کردبیت له هه‌وا و ئاره‌زوو جله‌وگیری کردبیت، نه‌وه به دلنیا‌یه‌وه شوینی گه‌رانه‌وه‌ی به‌هه‌شته، چونکه له دونیادا خویان پاراستوو و په‌روه‌ردگار له قیامه‌تدا به به‌هه‌شت پاداشتیان ده‌داته‌وه».

چاوهر‌وانبوونی نه‌م دیداره‌ی په‌روه‌ردگار و وه‌رگرتنی پاداشت، هانی رۆح ده‌دات دژی هه‌وا و ئاره‌زووه دونیا‌یه‌کان و بو مه‌به‌ستیکى بالاتر بجه‌نگیت. دواى جیه‌یشتنی نه‌م ژيانه به دیداری په‌روه‌ردگارمان شاد ده‌بین، نه‌و چاوهر‌وانیه‌ش بریتیه له زیکر و یادی مردن.

## هه‌مووان پزگار بوون



هه‌موو ده‌نگه‌کان خامۆش بوون  
ده‌نگه‌کان نوستوون  
له‌ قوولایی دلمدا پشوو ده‌دهم  
چاوه‌پێی پزگابوونیم  
وایان کرد هه‌ست بکه‌ین ئازاره‌که‌ت بێته‌رزشه  
بێته‌رزشه به‌ لای په‌روه‌ردگاره‌وه  
چونکه‌ بێته‌رزشه به‌ لای نه‌وانه‌وه  
ئازاره‌که‌ت بێته‌رزش نییه‌ به‌ لای په‌روه‌ردگاره‌وه  
له‌ به‌رده‌م په‌روه‌ردگادا بێهێزیت  
وه‌لێ بێهه‌ نیت له‌ لای  
پزگاربوونم نزیکه  
هه‌رگیز له‌م دۆخه‌دا که‌سیانی جێنه‌هێشت  
نه‌ موسا، نه‌ موحه‌ممه‌د، نه‌ دایکی موسا و مه‌ریه‌م  
نه‌ یوب، یونس، یوسف، یه‌عقوب، ئیبراهیم  
نیسه‌اعیل، هاجه‌ره‌، ناسیا، نوح

همموويان پزگاريان بوو  
پزگابوونم نزيكه  
نهم نازاره بيتنه رزش نيه له لاي نهو  
نازاري نافره تيك به لايه وه بيتنه رزش نه بوو  
خه مي نافره تيك كه كور په كه ي خسته پرووباره كه وه  
به لاي په روه ردگار وه بيتنه رزش نه بوو.  
نزاي نافره تيك كه سزا ده درا  
به لاي په روه ردگار وه بيتنه رزش نه بوو.  
سكالاي نافره تيك بو په يامبه ر  
به لاي په روه ردگار وه بيتنه رزش نه بوو.  
دلي شكاوي نافره تيك كه منداله كه ي له ده ست دا  
به لاي په روه ردگار وه بيتنه رزش نه بوو.  
هيو ابراوي نافره تيك كه بهرگه ي نازاري گرت له ژير دره ختيكدا  
به لاي په روه ردگار وه بيتنه رزش نه بوو.  
پزگاريي په روه ردگار هميشه نزيكه  
هرگيز كه سياني له م دوخه دا جينه هيشته.

## بیئاو نیشان



پاکبونه وه هه یه له داننان به شکستدا  
ئارامی کړنووشبردن  
ته نها به ئارامی له کړنووشدا بمینه وه  
و سهرت نزم بکهره وه  
بی جووله  
چاوه پری که  
خاکی بنوینه  
چاوه پری که  
له نزمیدا بمینه وه تاکو به رزت ده کاته وه  
ته واوی جیهان گه پاون  
بو نه و شته ی ده کریت له نارامترین سووچی ژووریکدا بدو زریته وه  
به ملوینان وشه گه پاون بو نه و شته ی ده کریت ته نها له بیده نگیدا  
بدو زریته وه  
ملیونان ناویان دروست کرد بو بیئاو و ناو نیشانه کان  
بو نه و شته ی ته نها ده کریت له بیرکردنه وه کاندای بدو زریته وه

دوخی بېناونیشانی  
مه هیله ده ستت به سهردا بگریټ  
پنی بده پروات  
بهیله پروات بو لای پهروه ردگار و نهویش شکو و سانازیت یی  
بیه خشیت  
نهو بهرزت ده کاته وه  
ته ماشای هه موو سوچیکی شه قامه کانم کرد  
ته ماشای ناوه وهی هه موو دووکاتیکم کرد  
له نیو دلشکان و قه شه نگیدا  
له نیو چیروکی نیو چیرو کدا  
له پستی پهړه ی موسیقادا  
ناوه کان، هه میشه به دوای ناودا و تلین  
هه ول ده دهین ناوی هه مووی بنیین  
وا ده زانین نه گهر ناوی هه ر کوټ و زنجیرنک بنیین  
هه مووی ده شکیت.  
په نکه پتویست بکات لهو نیوه نده دا بژیم  
له نیوان وشه کان و دلدا  
له بو شایی نیوان زهوی و ناسماندا  
په نکه بتوانم له ویدا بژیم  
له بو شایی نیوان زانیاری و تیگه یشتندا  
له نیوان خوشه ویستی و جیه یشتندا  
له شویتیکدا دوورکه و تنه وه نازاری نه بیت



شوتنيك توي تېدايت

له بېناونيشانه كه دا

وتى: «وا هه ستم كرد هه رگيز ناشكېم.»

بشكې

بشكې تاكو بشكيت

كه وتنه تونده كان، تاكو بتوانن هه لسنه وه

بكه وه

پاكېوونه وه هه يه له داننان به شكستدا

په يامبه ر ئاده م داني به شكستي خويدا نا

په يامبه ر يونس داني به شكستي خويدا نا

په يامبه ر نوح داني به شكستي خويدا نا

په يامبه ر موجه ممد داني به شكستي خويدا نا

چون ده توانيت بانگه شهي به هيزيت بكه يت؟

## رەحمىڭ بە من بىكە ئەى رۇح



ئەى رۇح بۇچى شىوھن دەكەيت؟  
دەزانىت خالى لاوازی منى؟  
فرمىسكە كانت هيرش دەبەن و برىندارم دەكەن  
دەزانم ھەلەى من نىيە  
تاكو كەى بەردەوام دەبىت لە شىوھن؟  
ھىچ شتىكم نىيە جگە لە وشە بۇ لىكدانەوہى خەونە كانت،  
نارەزووہ كانت و رىنمايە كانت.  
ئەى رۇح، تەماشايە كى حالم بىكە  
تەواوى ژيانم لە فەرمايشتە كانتدا بەسەر برد  
بىر لە نەھامەتییە كانم دەكەمەوہ  
ماندوو بووم لە شوینكەوتنت  
دلم شكۆدار بوو لەسەر تەختى پادشايەتى  
وہلى ئىستا كۆت و دىلە  
نارامى ھاودەم بوو  
وہلى ئىستا دژى منە

گەنجىم ھىوا و ئاۋاتم بوو  
وہلى ئىستا فەرامۇشم کردووه  
نەى رۇح، بۇچى ھىندە بەھەلپەيت و داۋاكارىت زۆرە؟  
خۇشىم لە خۇم ھەرام کردووه  
و خوشى ژىنم لى تۇراۋە  
شۈننى نەو پىيە كەوتووم داۋات لى کردووم  
دادپەرۋەر بە لەگەلمدا  
ياخود بانگى مەرگ بکە تاكو پرزگارم بکات  
دادپەرۋەرى شىكۆى تۆيە  
نەى رۇح، پەھمىك بە من بکە.  
ھىندە خۇشەۋىستىت پۇراندوۋە بە سەرمدا، كە ناتوانم ھەلىبىگرم  
تو و خۇشەۋىستى ھىزىكى جىانە كراۋەن  
ئايا ھەرگىز ململانتى نىۋان بەھىز و لاۋاز كۆتايى دىت؟  
نەى رۇح، پەھمىك بە من بکە.  
سەرۋەتلىكت پىشان داوم كە ناتوانم دەستى بخەم  
تو و سەرۋەت لەسەر لووتكەى چىان  
من و خەم پىكەۋە لە شىۋىنكدا جىھىلراۋىن  
ھەرگىز چىا و شىۋە كە بە يەك دەگەن؟  
نەى رۇح، پەھمىك بە من بکە.  
قەشەنگىت نىشان داوم،  
وہلى دۋايى لىت شاردەمەۋە.  
تو و قەشەنگى لە پووناكىدا دەژىن:

من و نه زانی پیکه وه له تاریکیدا وهستاوین  
هه رگیز پرووناکییه که دهست به سه ر تاریکییه که دا ده گریته؟  
خوشحالی تو له کوتاییدا دیت  
نیستا له چاوه پروانیدا چیژ وهرده گریته  
وهلی ئەم لاشه یه نازار ده چیژیت له گه ل ئەم ژینه  
ئه ی پوچ، ئەمه ته و او ئالۆزه.  
به ره وه هه میشه یی هه نگاوی خیرا ده نیته  
وهلی ئەم لاشه یه به هینواشی به ره وه له ناوچوون ده چی  
چاوه پئی ناکه یته  
ئه ویش ناتوانیت خیرا هه نگا و بنی  
به رز ده بیته وه به هو ی سه رنجرا کیشی به هه شته وه  
وهلی ئەم لاشه یه نزم ده بیته وه به هیزی پرا کیشانی زه وی  
دلنه وایی ناکه یته  
و ئه ویش به های تو نازانیت  
ئه ی پوچ، ئەمه خه مه.  
ده و له مه ندیت به ژیری  
وهلی ئەم لاشه یه م هه زاره له تیگه یشتن.  
تو سازش ناکه یته،  
و ئه ویش فه رمانبه رداریته ناکات.  
ئه ی پوچ، ئەمه ته و په ری نازارچه شته  
له ماتی شه وی تاردا سه ردانی خوشه ویست ده که یته  
و چیژ له شیرینی ناماده گی وهرده گریته

ياسه مېن موحاھېد

وہلې نەم لاشە يە ھەميشە دەمىننېتەوہ  
قوربانى دەستى ھىوا و جودايىہ  
نەى پړۆح، نەمە نەوپەرى سزا و نەشکەنجە يە  
نەى پړۆح، پەحمىك بە من بکە.

## له مندالیکې سې سالانه وه فیږ بووم



دهتوانیت به تیرامان له منداله که ت، زور شت له باره ی خوت و ژیان و پروه ردگار وه فیږ بیت. نیمړو منداله سې سالانه که م شتیکی پیس کرد، دواي نه وه ی سهرله به یانی جاریکی تر پیسی کردبوو. نه یده ویست تووړه بیم، بویه دهستی کرد به خاوینکړدنه وه ی و وتی: «خاوینی ده که مه وه. خاوینی ده که مه وه» پاشان کاتیک بینیی و ههستی کرد تووړه بووم، خوی دا به زه ویدا و وتی: «مندالیکې خراپم»، راسته وخو نارام بوومه وه و دلنیام کرده وه مندالیکې خراپ نییه، به لکوو مندالیکې ژیر و ناقله. نه ک نه وه ی تووړه بیه که م نه ما، به لکوو ویستم نه و ههست به باشتربکات. بینیه چون هزره تی ئاده م (ﷺ) به خشراف؟ ﴿قَالَ رَبِّ طَمَعَ نَفْسًا فِي لُبِّكَ تَقِفْ لَكَ وَتَرَحَّمْنَا لَكُونَنَّ مِنَ الْخَيْرِينَ﴾ (الاعراف: ۲۳). واته: «نه ی پروه ردگار زولم و سته ممان له نه فسی خومان کرد، بینگومان له خه ساره تمه ندان و تیداچووانین نه که ر لیمان خوش نه بیت و ره ممان پی نه که یت». باوکه ئاده م (ﷺ) خوی دانه واند، بویه پروه ردگار نه ک هر لینی خوش بوو، به لکوو دووباره پله ی بهرز کرده وه.



## ئىمىرۇ رۆژى پاداشت نىيە



ھەموومان پەرۋشى ۋەرگرتنى پاداشتىن ۋ پارەمان بىدرىتى. لە  
كارەكانماندا تەۋاۋى رۆژ كار دەكەين، ۋەلى ھەرگىز پىشېنى ناكەين  
ھەموو سەر كاتزمىرىك، ياخود ھەفتەيەك پارەمان بىدرىتى. لەگەل  
ئەۋەشدا بەردەۋامىن لە كار كىردن. بەردەۋام دەيىن لە كار، چونكە  
دەزانىن پارەكەمان بۇ پاشەكەۋت دەكرىت بۇ رۆژى خۇى، كە  
كوتايى مانگە. بەينە خەيالت كارمەندىك ھەموو رۆژىك دىتە سەر  
كار ۋ چاۋەرىنى ئەۋە دەكات كوتايى رۆژ پارەكەى ۋەرگرتى. چى  
رۋودەدات ئەگەر پارەكەى نەدرىتى؟ رەنگە سەبر ۋ ئارامى نەمىنى  
ۋ دەست لە كارەكەى ھەلگرتى. ئىمەيش رىك بەم شىۋەيە كار  
بۇ پەرۋەردگار دەكەين. كارى بۇ دەكەين ۋ پاداشت ۋ پارەكەمان  
دەۋىت، ئىستا ۋ راستەۋخۇ ئەنجامەكانمان دەۋىت. بۇيە شەكەت ۋ  
ماندوو ۋ بىئارام دەيىن ۋ واز دەھىنىن. لە يادمان كىردوو ئىمىرۇ  
رۆژى پاداشت ۋ موۋچە نىيە.

## پزگار بوون



چاوه کانم داده خهم و به نارامی خه یالی پزگار بوون ده کهم  
خه یالی شکاندنی ههموو کۆت و زنجیره کان که پایا گرتووم  
ده یانپسیتیم

په رداخی شووشه ده گرمه دیواره که  
ههموو گۆزه کان وردوخاش ده بن و پاشان پزگار ده بيم.  
پزگار بوون

خۆشه ویستی ده ست ده خهم  
خۆشه ویستی ههرگیز من ده ست ناخات  
پزگار بوون یه که مین مه بهستی نه م ژیا نه یه.

ههموو سه رکه وتتیک

ههموو شکستیک

ههموو گه رانه وه یه ک

ههموو برینیک

ههموو خۆشییه ک

ههموو نازاریک

ياسەمىن مۇجاھىد

ھەموو لە دەستدانىڭ

ھەموو بە دەستھېنائىڭ

ھەموو كۆت و زنجىرىڭى شكاو

تەنھا بۇ ئەو ھەبوو دلت

مىشكت

رۇحت

و بوونت

لە لا الە الا اللە تىيگەن

بەم رۇحە زىندانىيە بلىت، ھەرگىز بە دەست ناھىنرەت.

ھىچ شتىڭ تۆ بە دەست ناھىنەت.

## يادی له دایکبوونم



چهند سالنیک له مه و بهر و له پوژنیکي وهکو نه مېرودا، له دايک بووم. له کاتنکدا زورنیک باسوخواسي نه وه دهکهن ثايا يادي له دايکبوون بکريته وه، ياخود نه کريته وه، دهمه ویت بؤ ساتيک بيمه دهره وهی نهو باسوخواسه و ته ماشای شتيکی تر بکه م. له رابردوودا درکم به شتيک کرد. زورنیکمان يادي له دايکبوونه کانمان له چاوه پروانیکردنی که سانی تردا به سهر دهبين، تاكو يادي له دايکبوونمان بکه نه وه. مندالان شهيدا و تامه زروی وهرگرتنی خه لاتن و دليان دهره نجيت نه گهر که سينک له يادي بکات پنيان بليت: «يادي له دايکبوونت پيروژ بيت.» نزيکهی چوار بؤ پينج سال له مه و بهر تيگه يشتم نه گهر که سينک هه بيت يادي بکه مه وه له پوژي له دايکبوونمدا، نهو که سه من نيم. من چيم کردووه؟ نه گهر که سينک هه بيت لهو پوژهدا يادي بکه مه وه، پيوسته نهو که سه بيت که نهو هه موو ساله خوئی کردو ته فيدايم. پيوسته يادي دايکم بکه مه وه. هيچ زه حمه تييه کم نه کيشاوه تاكو له دايک بيم. نهو خوين و نارهقه و فرميسکی دايکم بووه پژاوه نهک من. پيوست ناکات چاوه رپنی پوژي له دايکبوونم بکه م (۱۰۱ نازار)، تاكو يادي دايکم بکه مه وه. دهمه ویت ساتيک ته رخان بکه م بؤ يادکردن و دهربرپنی

سوپاسگوزارى و پىزانىم بۇ دايىم، بەھۇى ئەو ھەموو قوربانىدان  
 و ئەركەى لە پۇژى لەدايىكبوونم و پۇژانى دواتردا، كىنشاويەتى.  
 لە راستىدا نامەويت باسى يادى لەدايىكبوون بىكەم، واىە؟  
 نامەويت پىتان بلىم يادى لەدايىكبوون ھەرامە و چاولىكەرى  
 بىباوەرەنە. دەمەويت شتىكى زۆر گەرەتر لەوھەتان بۇ باس بىكەم.  
 لە فىركردنى شەرىعەتى ئىسلامدا لە شتىكىدا بە ھەلەدا چووين.  
 بە كورتى ئىسلاممان بچووك كررۇتە بۇ لىستىك شتى ھەرام و  
 لىستىك شتى ھەلال. مىندالەكانمان فىر دەكەين لە بارەى ئاگرى  
 دوزەخەو، پىش ئەوھى تەنەت بزەنن بلىن: (الرحمن الرحيم)،  
 قوتابخانە بۇتە شوينىك تاكو لىيەوھە فىر بىت لە بارەى ھەموو شتە  
 ھەرامەكان و ئەو سزايانەى تووشت دىن، ئەگەر ئەنجاميان بەدەيت.  
 كاتىك كەسىك دەبىتە مسولمان، يەكەمىن شتىك پىنى دەوترىت  
 برىتىيە لەوھى ناوى بگۇرپىت و چىدى يادى قالانتاين نەكاتەوھ.  
 ئىمە لە پووخسارەوھ بەرەو ناخ ھەنگاو دەنپىن، لەبرى ئەوھى  
 لە ناخەوھ بەرەو پووخسار بپۇين. پىويستە لە خۇمان بپرسىن  
 پەيامبەرمان موحەممەد(ﷺ) چۇن ئەو كارەى دەكرد؟

يەكىك لە ھاوھە بەرپىزەكان دەگىرپتەوھ عائىشەى دايكى  
 ئىمانداران ھەرموويەتى: (ولو نزل أول شيء لا تشربوا الخمر لقالوا لا  
 ندع الخمر أبدا ولو نزل لا تزنا لقالوا لا ندع الزنا أبدا). «ئەگەر يەكەمىن  
 شتىك لە ئاسمانەوھ كە لە پىنى وەھىيەوھ دابەزى برىتپىووايە  
 لەوھى خواردنەوھى مەى و ئارەق ھەرامە، خەلكى دەيانوت ھەرگىز  
 دەستبەردارى مەى و ئارەق نابىن. ئەگەر بوترايە زىنا مەكەن،  
 دەيانوت ھەرگىز واز لە زىنا ناھىتىن.» (صحيح بخارى).

ھەروھە بەردەوام دەبىت لە پوونكردنەوھى ئەوھى سورەتەكانى  
 سەرەتا باس لە پۇژى لىپرسىنەوھ و پەرۋەردگار دەكەن. ئايا دايكە

عائىشە مان لىرەدا مەبەستى چىيە؟ دەستىنىشنى ئەو ھوکارە دەكات  
بۇچى زۆرىك لە مسولمانانى ئەم سەردەمە دەلىن دەستبەردارى  
خواردنەوہ كحولىيەكان، زىنا، كىشانى نىرگەلە، ياخود وىنە رووتەكان  
نايىن. ھەرگىز واز لە ژوانبەستن و ھەموو چىژ و خوشىيەكانى ژوان  
ناھىيىن. رەتى دەكەينەوہ دەستبەردارى ئەم كارانە بىيىن، چونكە  
لە بنچىنە و دلى ئىسلام تىنەگە يىشتووین. چەندىن سالە ئاگادار  
دەكرىنەوہ لە بارەى «پىساي ھەرامكراوہكانەوہ»، وەلى ھەرگىز  
ئاگادار نەكراوینەتەوہ لە بارەى «پىساي دل».

پەيامبەرى نازدار فىرى كردووین بۇچى دەكەوینە داوى ئەو  
جۆرە تاوانانەوہ و بەردەوام دەيىن لە ئەنجامدانىيان.

عن أبى عبد الله النعمان بن بشير رضى الله عنهم قال: سمعت رسول  
الله صلى الله عليه وسلم يقول: ((إن الحلال بين وبين الحرام بين،  
وبينهما أمور مستنبطات لا يعلمهن كثير من الناس، فمن تقي الشبهات  
استبرأ لدينه وعرضه، ومن وقع في الشبهات وقع في الحرام، كالرعى  
يرعى حول الحمى يوشك أن يرتع فيه، ألا وإن لكل مسلم حمى، ألا وإن  
حمى الله محارمه....))

باوكى عەبدوللای كورى نوعمانى كورى بەشیر (خودا لییان  
پازی بیت) گىراویەتیەوہ، پەيامبەر ھەرموویتیە «بەراستی ئەوہى  
ھەلالە، پوون و ئاشکرایە و ئەوہى ھەرام و قەدەغەيە بەرچاو و  
پوونە. لەنیوان ھەرام و ھەلالەكانیشدا ھەندىك شتى گوماناوى  
ھەن، زۆرىك لە خەلكى نازانن. ئەو كەسانەى خویان لە شتە  
گوماناوییەكان بە دوور دەگرن، خویان و ئاینەكەیان لە لۆمە دوور  
دەخەنەوہ. ئەوہیشى دەكەویتە نیو شتە گوماناوییەكانەوہ، ئەوہ  
دەكەونە نیو شتە ھەرامەكانەوہ ھاوشیوہى شوانىك كە مەرەكانى  
لە نزىك كىلگەيەكدا دەلەوہ پىنىت و دەچنە نیو كىلگەكەوہ. ئاگادار



بر له وهی هموو پادشایهک سنووریکیان داناوه، پهروهردگاریش  
شته حهرامکراوهکانی وهک سنووری خوی دیاری کردووه.»

نیمه لیړه دا دهووستین، وهلی فهرموودهکه ناوهستیت. ثم  
فهرموودهیه بهوه دهست پی دهکات خومان له حهرامهکان به  
دوور بگرین و پهیوهست بین به حالهکانهوه و نیمهیش لهویدا  
دهووستین. فیر دهکرین هندیک شت هن قهدهغه و حهرامن و  
له لایه ن ماموستا و دایبابانمانهوه فرمانمان پی دهکریت خومانیان  
لی به دوور بگرین. فهرموودهکه لیړه دا کوتایی نایهت، کهچی نیمه  
لیړه دا کوتایی پی دینین. کوتایی پی دینین له «دوورکهوتنهوه له  
شته حهرام و گومان لهسهرهکان». په یامبه رمان (ﷺ) له فهرموودهکه  
به ردهوام دهبیت و پیمان دهفهرمویت، چون خومان به دوور بگرین.  
چون خومان له شته حهرام و گومان لهسهرهکان بیاریزین؟  
چون سنوورهکانی پهروهردگار بیاریزین و نهیبهزینین؟ له ریگای  
چاککردن و پاراستنی دلمانهوه. فهرموودهکه به ردهوام دهبیت:  
«لَا وَإِنْ فِي الْجَسَدِ مَضْغَةً إِذَا صَلَحَتِ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ  
فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ». «ثاکادار بن له جهسته دا پارچه  
گوشتیک هیه، نهگه ر باش و چاک بیت، هموو جهسته باش و  
چاک دهبیت، وهلی نهگه ر خراب بیت، هموو جهسته خراب دهبیت.  
ثاکادار بن نهو پارچه گوشته بریتییه له دل.»

دل سه رکردهی جهستهیه. دهبینیت مروقایه تی واته خوشه ویستی.  
گویرایه لی نهو شتانهین که خوشمان دهوین. هر شتیک دلمان  
داگیر بکات، دهست بهسهر کرداره کانماندا دهگریت. کاتیک دیته  
باسی خوشه ویستی، دهلین زور شتمان خوش دهویت. وهلی وهک  
شاعیری گهره فهرموویه تی «خوشه ویستی هاوشیوهی که یسینکی  
یاسایی وایه، پیویستی به بهلگهیه.»

بەلگەى خوشەويستى چىيە؟ دەرئەنجامى راستەوخوى ئەم  
 ھەستە بەھىزە چىيە؟ بۇ ساتىك بىر لە خوشەويستى مروڧ  
 بىكەرەو. چى روودەدات كاتىك كەسىك دەكەويتە خوشەويستى  
 كەسىكى ترەو؟ ئەو كەسە ئارەزووى ھىچ شتىكى دى ناكات، جگە  
 لە خزمەتكردن و رازىكردن و نزيكبوونەو لەو كەسەى خوشى  
 دەويت. ئەم خزمەتكردنە بەھوى ناچارىيەو نىيە، بەلكوو بەھوى  
 پالئەرىكى قوولى ناخەوئەيە كە بەھوى ئەو خوشەويستىيەو سەرى  
 ھەلداو.

خوشەويستى بۇ خوى دەويت. كاتىك كەسىكت خوش دەويت،  
 ھەموو شتىك دەكەيت بۇ رازىكردى. گەرەترىن دلخوشى تۇ،  
 رازىكردن و خزمەتكردى ئەو. شانازىيەكى گەرەيە خزمەتى ئەو  
 كەسە بىكەيت كە خوشت دەويت. بەھىنە خەيالت كە لەگەل كەسىكى  
 بەناوبانگدايت، دەزانم لە باشوورى كالىڧورنىا نىت، وا دابنى چاوت  
 بە كۆب دەكەويت، چون رەفتار دەكەيت؟ دەتوانم شتىكت بۇ  
 بەھىنم؟ پەرداخىك ئاۋ؟ دەتوانم قەيتانى پىلاوكانت توند بىكەم؟ وا  
 بەھىنە پىش چاوت قەيتانى پىلاوكانى كۆب توند دەكەيت، پاشان  
 دەگەرئىتەو مالاو و بە ھەمووان دەلئيت «قەيتانى پىلاوكانى  
 كۆبم توند كرد.»

رەنگە گرنگى بە كۆب نەدەيت، بەلام لىرەدا لە مەبەستەكەم  
 تىدەكەيت. شانازى و شەرەڧىكى گەرەيە خزمەتى كەسىك بىكەيت  
 كە خوشت دەويت. ھەلى كاتىك خوشەويستىيەكە كال دەبىتەو و  
 نامىنىت، خزمەتكردى ئەو كەسە لە شانازى و شەرەڧىكەو دەبىتە  
 بارگرانى. لە تەشرىفەو دەبىتە تەكلىف. بەداخەو پەرسىشمان بۇ  
 پەرورەدگار بەم شىنەيەى لى ھاتوو، تەنھا بۆتە بارگرانى.  
 نويز ناكەين بۇ ئەوھى لە زرىانەكانى دونيا رزگارمان بىت. ئەگەر

نويژىش ئەنجام بەدىن بۇ ئەۋەيە لە كۆلى خۇمانى بگەينەۋە، ياخود دايك و باوكمان لىمان دەدەن، ئەگەر ئەنجامى نەدەين. تارادەيەك لە يادمان كردوۋە بە ئەنجامنەدانى نويژەكانمان زيان بە كەس ناگەيەن چ پەرۋەردگار، ياخود دايك و باوكمان، بەلكوۋ زيان بە خودى خۇمان دەگەيەن. دەيىنىت لە پۇژى لىپرسىنەۋەدا ھەموۋان بە تەنھا لە بەردەم پەرۋەردگاردا دەۋەستىن و لىپرسىنەۋەيان لەگەلدا دەكرىت. كەس ناتوانىت ھىچ كاريكت بۇ بكات، مەگەر بە مۇلەتى پەرۋەردگار نەيىت. لەو پۇژەدا دايك كۆرپەكەى خۇى فېرى دەدات، تەنھا بۇ ئەۋەى خودى خۇى پزگارى بىت. تىكايە لەم ھەقىقەتە تىيگەن كە لە يادمان كردوۋە، چونكە زۆر سەرقال بووين بە مۇبايل، بەرنامەكان، ھاۋپى، ئاھەنگ و پۇست و پلەكانمانەۋە. سەرقال بووين بە پياۋانى قۇز و كەشخە و ئافرەتانى جوان و نازدارەۋە. تىكايە تىيگەن، فەرامۇشكردىنى ھەقىقەتەك نايىتە ھۇى نەھىشتى، ئەو ھەقىقەتە ھەر پروودەدات. ئامادەنەبوون بۇ شتىك نايىتە ھۇى ئەۋەى پروونەدات. ئەگەر تەۋاۋى شەو ئاھەنگ بگىزىت لەبرى ئەۋەى بۇ تاقىكردەنەۋەى كۇتايى بخوينىت، ماناي ئەۋە نىيە تاقىكردەنەۋەى كۇتايى ئەنجام نادىت، بەلكوۋ ئەنجام دەدىت و لە ئەنجامدا شكست دىنىت. ئەگەر تەۋاۋى ژيانمان بە ئاھەنگىرپانەۋە بەسەر بەرىن و وا خۇمان دەرخەين كۇتايىمان نايەت، ھەر پروودەدات. ھىچ شتىك ناتوانىت مردن بوەستىنىت. ھىچ شتىك پۇژى لىپرسىنەۋەى دواناخات. ھاۋشىۋەى ئەو كۇتايى، پرسىارەكە تەنھا برىتتيە لە: ئايا ئامادەين؟ ياخود زۆر سەرقالى رابواردن و كەيفخوشىن؟

بەينە پىش چاوت لە ھەۋالەكاندا باس لەۋە دەكرىت زىيانىكى گەۋرە بەرپۋەيە، ئەگەر خۇمان نەشارىنەۋە، خۇمان و خىزانەكانمان لەنيو دەچىن. چى دەكەين؟ ئەگەر بەراستى بروامان وابىت زىيانەكە

بەريۋەيە، راستەوخۇ دەچىنە پەناگەيەك و خۇمان دەشارىنەۋە،  
 ۋايە؟ تەنھا ئەۋانەى بىروايان بە كەشۋەۋا نىيە، بەردەۋام دەبن لە  
 كەيف و خوشى و ئەۋ ھەموو ھۆشدارىيە فەرامۇش دەكەن. مەگەر  
 ئەۋەى بەراستى بىروات پى نەبىت، بەلام چۈن دەكرىت كەسىك  
 بزائىت زىيانىك بەريۋەيە و ھىچ شتىك نەكات بۇ پاراستى خويان  
 و خوشەۋىستانىان؟ ئايا كەس لەۋ كاتەدا دەلىت «زۆر سەرقالى  
 گەران و رابواردنم»، «زۆر سەرقالى مۇبايل، ياخود فەيسبوۋكم تاكو  
 رابكەم بۇ پەناگەيەك»، ياخود «پىم خوشە تەماشايەكى پىروفائىلى  
 ئەم كەسە بكەم، نەك ئەۋەى خۇم لەم زىيانە بپارىزم»، ھىچ  
 كەسىك ۋانالىت. كەچى ھىشتا بەردەۋام نۆيژەكانت، حىجابپۇشىن،  
 ۋازھىتان لە ژوان، دووركەۋتەۋە لە كەسانى خراپ و خواردنەۋەى  
 مەى و ئارەق دوا دەخەيت. تۈبەم كارانەت ھەمان شت دووپات  
 دەكەيتەۋە.

ئەۋ حەقىقەتەى ناتۋانىن ئەم شتە ھەرامانە ۋاز لى بىتىن،  
 بەردەۋامىن لە وتنى: «ھەرگىز ۋاز لە خواردنەۋەى مەى و ئارەق  
 ناھىنم»، «ھەرگىز دەستبەردارى زىنا نابم»، «ھەرگىز ۋاز لە  
 جگەرە و نىرگەلە و ۋىنەى رۋوت ناھىنم»، «ھەرگىز ۋاز لە ژوان و  
 خوشىيەكانى ناھىنم»، و ئەۋ حەقىقەتەى پەرسىشەكانمان تەنھا دەبنە  
 بارگرانى لە سەرمان، ئاماژەيەكن بۇ ئەۋەى لە ناۋەرۋكدا ھەلەيەك  
 ھەيە. گرفتىك لە بىنايىماندا ھەيە. بەراستى زىيانەكە نابىنىن كە  
 دىت و رۋژى لىپرسىنەۋە نابىنىن. ئەۋ پارچە گوشتەمان خاۋىن  
 و راست نەكردۋتەۋە كە پەيامبەر لە بارەيەۋە دواۋە، لە ئەنجامدا  
 تەۋاۋى جەستە و كردارەكانمان و ژيانمان خراپ و گەندەل دەبن.  
 بەراستى پەروەردگار بە چاۋى دل نابىنىن و خوشەۋىستى  
 ئەۋمان لە ناخ و دلماندا نەچاندۋەۋە. بەراستى دلمان بۇ ئەۋ مەبەستە

ته‌رخان نه‌کردووه که بوی خولقیندراوه: بۆ ناسین و خزمه‌تکردن و خوشویستنی په‌روهردگار.

له یادت بیت سوره‌ته‌کانی سه‌ره‌تا له‌باره‌ی حه‌رام و حه‌لاله‌وه نه‌بوون. له‌باره‌ی دوورکه‌وتنه‌وه له‌ژوان، جگه‌ره‌کیشان، یاخود نیرکه‌له‌کیشانه‌وه نه‌بوو، به‌لکوو له‌باره‌ی ئەو راستیی‌ه‌وه بوون، که روژیک دیت چاومان به‌په‌روهردگار و خالقی خومان ده‌که‌وینت، هه‌روه‌ک چون من له‌به‌رده‌متاندا وه‌ستاوم. پاشان پرسیارمان لی ده‌کریت. له‌م دونیایه‌دا چیتان خوش ویست؟ ژیاقتان له‌چیدا به‌سه‌ر برد؟ به‌دوای چیدا ویل و سه‌رگه‌ردان بوون؟ ئایا ئەو شته‌ی هه‌ولتان بۆی ده‌دا هه‌میشه‌یی و نه‌براه‌وه بوو؟ ئەو شتانه‌ی به‌دوایدا راتانده‌کرد هه‌میشه‌یی‌بوون؟ ئایا ده‌توانن یارمه‌تیتان بده‌ن، یاخود ئازارتان بده‌ن، کاتیک ژیاقتی دنیا و خه‌یالاته‌کانی به‌کوتا هاتن؟ پیویسته‌ بگه‌رینه‌وه لای په‌روهردگار، پیش ئەوه‌ی دره‌نگ بیت. زور جار ئەو شته‌ی خه‌لکی نا‌ئومید ده‌کات بۆ ئەوه‌ی توبه‌ بکه‌ن و بگه‌رینه‌وه رینی راست، ئەوه‌یه‌ بره‌وایان وایه‌ تاوانه‌کانیان زور گه‌وره‌یه‌ و په‌روهردگار نایانه‌خشیت. په‌روهردگار له‌قورئانی پیروژدا ده‌فه‌رموینت: ﴿قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِيْنَ اَسْرَفُوْا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْصُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ۚ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ حَمِيْعًا ۗ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ ۝۵۳ وَاٰیٰتِیْ رَکِّمَۃٌۭ ۚ مِنْ قَبْلِ اَنْ یَّاتِیْکُمُ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنْصَرُوْۤا ۝۵۴﴾ (الزمر: ۵۳-۵۴). واته: «بلی ئەو ئەو به‌ندانە‌ی سته‌م و زولمیان له‌خویان کردووه به‌نه‌جامدانی تاوان و گونا‌هی زور، له‌به‌حم و به‌زه‌یی په‌روهردگار هیوا‌براه‌وه‌بن. په‌روهردگار له‌هه‌موو تاوانه‌کانتان خوش ده‌بیت و هه‌ر خوی لی‌خوش‌بوو و میه‌ره‌بانه‌ (۵۳). بگه‌رینه‌وه لای په‌روهردگار و توبه‌ بکه‌ن و ملکه‌چی بن، پیش ئەوه‌ی سزای سه‌ختی ئەوتان بۆ بیت له‌دونیادا، هیچ که‌سیکی دی ناتوانیت

سهرتان بخات. (۵۴)».

برایان و خوشکانی نازیز، زیرانه که به ریو دیه. په نا به په روهر دگار بگرن. ده زانم له روژی (۱۰) سی مانگی نازار له دایک بووم. ده زانین که ی له دایک بووین، وهلی که س نازانیت که ی دهریت. زور به مان بروامان وایه ده توانین به و شینو دیه بژین که ده مانه ویت، پاشان له کاتی سه ره مه رگدا ته نها ده لیین: «**إِنَّ لِلَّهِ وَابْنَ إِلَیْهِ رَاجِعُونَ**». له کاتی سه ره مه رگدا زمان نایاته گو، جگه له و شتانه ی دل فرمانی پی ده کات. نه وهی له دله کانداییت، دیته سه ر زار. نه گهر له ژیانماندا زیکر و یادی په روهر دگار مان نه کردبیت، چون له سه ره مه رگدا یادی ده که یین؟ نه گهر دله کانمان که وتبیته خوشه ویستی نه م ژیانه وده؟



## داواکردنی پاداشت له بهرامبه ر خه لاته که دا



بیهینه خه یالت، خه لاتیک وهرده گریټ و هرگیز سوپاسگوزار ناییت بوی. به تیپه رینی کات له یادی ده که یت، خه لاته که ت پی به خشراره و وا بیر ده که یته وه خه لاته که له بنه رته دا مولکی خوت بووه. پاشان خه یالاته کان زیاتر ده بن. وا بیر ده که یته وه له حقیقه ته دا تو خه لاته که ت به به خشره که به خشیوه. دواتر به له خوباییه وه داوای پاداشت ده که یت بو به خشینی خه لاته که. من و تو شم کاره له گهل پهروه ردگاردا ده که ین. خزمه تکردن و په رستشی پهروه ردگار بو تو گه وره ترین خه لاته. کرده وه چاکه کانت خه لاتیک نین که به پهروه ردگاری ببه خشیت، وه لی خه لاتی پهروه ردگارن بو تو. که چی هیشتا داوای پاداشتی لی ده که یت. نه گه ر بتوانیت به جوانی خزمه تی بکه یت و بیپه رستی، ته واو سوپاسگوزار به، خاکی به، نه ک له خوبایی.

## نه خوشی ئایدز: تیڤرامان له خه لاته کان



﴿ اَمَّا هَذَا فَبِأَنَّى بَرَزْتَهُ لِيْ اِنْ اَمْسَكَ رِزْقَهُ، لَكُلِّ لَحُوْفٍ عُنُوْ وَنُورٍ ﴾ (الملک: ۲۱). واته:

«ئایا جگه له پەروەردگار کى بزق و پوزى ئیوه دەدات، ئەگەر بزق و پوزیتان لى بگریتهوه؟ بەلکوو ئەوان بەردەوام بوون و پوچوون له عینادی و لووتبەرزى و دوورکەوتنەوه له حەقیقەت و راستیدا.»

کاتیک بو یەکه‌مجار ئەم سورەتەم خویندەوه، له بەشى زیندەزانى دەمخویند. فیر دەبووین له بارەى ئەوهى چون سیستەمى بەرگری کار دەکات. ئەگەر بخوینیتەوه له بارەى ئەوهى چون نه‌خوشى ئایدز کاریگەرى دروست دەکات، نیشانه و بەلگەیه‌کى گرنگه. نه‌خوشى ئایدز کورتکراوه‌یه بو (نه‌خوشى نەمانى بەرگری لەش). لەمە رابمینه. کوشندەترین نه‌خوشى بریتییه له گرتنەوهى خه‌لاته‌کانى پەروەردگار، (سیستەمى بەرگری لەشمان). بەم چەشنه پەروەردگار دەتوانیت تەنها یەک جوړ خانەى بەرگری (تى ۴، خانەى یارمەتیدەر) وەر‌بگریته‌وه و دواتر تەواوى سیستەمى بەرگری لەشمان تینکە‌ده‌شکیت و نامینیت. لە‌دواى ئەوه تەنها پەستانیکى سووک دەکریت بمانکوژیت. سبحان الله. کى دەتوانیت هاوکار و پالپشتان بیت، ئەگەر پەروەردگار پشتیوانى و هاوکارى خویمان لى بگریته‌وه؟

## ژیانه‌وه‌ی دله مردوو‌ه‌کان



﴿ ثُمَّ يَأْتِيَنَّ مِنْ مُوْتَانٍ مَّجْمَعٌ فُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا رُلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ  
 أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَيَقُوتُونَ ﴿١٦﴾ أَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ  
 يَحْكُمُ الْأَرْضَ نَعْدَ مَوْتِهَا قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿١٧﴾ ﴾ (الحديد: ۱۶-۱۷).

واته: «ئایا ساتی شه‌وه نه‌هاتوو‌ه باوه‌رداران له کاتی زیکر و  
 یادی په‌روه‌ردگار و بیستن و خویندنه‌وه‌ی قورئانی پیروزدا دلیان  
 نه‌رم بیت، گویرایه‌ل و ملکه‌چی شه‌وه بن بویان دابه‌زیوه؟ وه‌ک  
 هه‌ندیک له جووله‌که و گاوره‌کان نه‌بن که له دوا‌ییدا دلیان ره‌ق  
 بوو و زوریکیان دوو‌بوو بوون و له رینی راست ده‌رچوون. (۱۶)  
 بزائن په‌روه‌ردگار زه‌وی مردوو و وشک زیندوو ده‌کاته‌وه و بارانی  
 به سه‌ردا ده‌بارینیت، به‌و چه‌شنه‌ش توانای زیندوو‌کردنه‌وه‌ی  
 مردوو‌ه‌کانی هه‌یه و دوا‌ی دل‌ره‌قی، ده‌توانیت دلتان به زیکر و یادی  
 په‌روه‌ردگار و قورئان‌خویندن نه‌رم بکاته‌وه. به‌و شیوه‌یه ئایه‌ته‌کانی  
 خومان‌تان بو‌روون ده‌که‌ینه‌وه تا‌کو تینگه‌ن و په‌ند و ئاموزگاری  
 وه‌رگرن. (۱۷)»

په‌روه‌ردگار ئا‌گادارمان ده‌کاته‌وه له‌وه‌ی هاوشینوه‌ی قه‌ومه‌کانی  
 پیش خومان نه‌بین، که سه‌ره‌تا رینموییان وه‌رده‌گرت، وه‌لی به  
 تیپه‌رینی کات دله‌کانیان ره‌ق ده‌بوو. سبحان الله له‌دوا‌ی شه‌و

گولجنى نه وين

هوشداريدانه وه هيو ده به خشيت ته نانهت به و كه سانه ي دله كانيان  
رهق بووه. په روه ردگار يادمان ده خاته وه كه نه وه په روه ردگار  
خويه تى ژيان ده به خشيته وه به خاكى وشكبوو. به ننگه نيسـتا  
تيفكرين: ئايا نه و كه سه ي ژيان ده به خشيته وه به خاكى وشكبوو،  
ناتوانيت دله مردو وه كان بژينيته وه؟ الله اكبر.

## ئەي عاشق



ئەي پەرسەشكەرى كەردارى، بزانە پەرسەش بىئاگايى دل تەنھا  
جوولەيەكە و ھىچى دى، ئەي شوينكەوتەي زانست و زانيارى،  
بزانە زانست و زانيارى بەبى خاوينبەونەوہ چەكىكى كوشندەي  
خوپەرسەتییە. ئەي چالاكوان، بزانە كار بى خاوينكەردنەوہي دل  
بىبەرەمە. ئەي عاشق، بزانە خوشەويستى بى پەروەردگار تەنھا  
ئىش و ئازارە.

## زەلكاو



ئەگەر ئاتومىدى تاكە پىنگا بىت  
بۇ ئەۋەى بىمە سەرچۆك  
بەرۋى تۇدا بىرىمەۋە  
ئەۋكات ئەم ئازارە  
دەبىتە پەسەندىرىن شوئىنى من  
پۇمى وتى: «بىرىنە كە مەدوورەۋە  
چونكە پرووناكى لەۋىۋە دىتە ژوورەۋە»  
و باۋەرم بەۋە ھەيە.  
كاتىك ئاۋازەكان بەرز دەبن و جوانىيەكانى ئەم زىانە  
خامۇش دەبن لە شوئىنى خۇياندا  
كاتىك بەتال دەبىم  
يادت دەكەم  
فرمىسكەكان دروست دەبن، بەھۋى ئەۋ يادەۋەرىيانەى لەگەلىدان  
خەمەكانم سەرسىنىگم قورس دەكەن  
بەلەمەكەم لەم زەلكاۋەدا دەسوۋپىتىم



باسه مین موحاهید

به نیتو دره خته کانداه خزیم  
رووبه پرووی ئاوئیکی رهش و تهنک ده بمه وه  
چاوه پئی پرووناکییه که م پئوتیتیم بکات  
هیوادارم له ویدا بمینمه وه  
تا کو جارئیکی دی من بدوزیته وه.

## مانگی ږه مه زان: باریننی بارانی ږه حمه ت



بو ساتنیک بهینه پینش چاوت کاتیک باران دهباریت و له ژوړه وهیت ته ماشای بارانه که دهکیت، وهلی شتیکی زور جیاواز لهم بارانه دا به دی دهکیت. هاوشیوهی بارانه کانی پینشووتر نییه. لهم ږوژدها بارانی ټاو نییه که دهباریت، به لکوو بارانی شتیکی زور به هادارتره بوت. وا دابنی لهم ږوژدها سهدان چه کی پاره دهباریت. چی دهکیت؟ لهو ږوژدها چی له دهوړوبه رت و جیهاندا دهگوزهریت؟ ټایا ناچینه دهره وه و ناکه وینه خومان و کیبرکی ناکه یین زورترین پاره به دهست بهینین که باریوه؟ ټایا به شهویشدا له دهره وه نامینینه وه تاکو زیاتر که له که بکه یین؟ نه مه دهکیت له پیناو پاره دا، چونکه پاره شتیکی به هادار و به نرخه. بو ساتنیک وای دابنی شتیکی زور زور به نرخ و بایه خدار دهباریت که نه هه زاران چه کی پاره یه و نه تریلونیکه، به لکوو ږه حمه تی په روه ردگاری مه زنه، دراویک که ناتوانریت به هیچ دراویکی مروف بخه ملینریت.

په یامبه ر موحه ممد (ﷺ) فه رمووی: «اَنَّا کُمْ رَمَضَانُ، شَهْرُ بَرَكَةٍ یَغْشَاکُمْ اللّٰهُ فِیْهِ، فِیَنْزِلُ الرِّحْمَةُ، وَیُخْطَطُ الْخَطِیْبُ، وَیَسْتَجِیْبُ فِیْهِ الدَّعَاءُ، یَنْظُرُ اللّٰهُ اِلٰی تَنَافُسِکُمْ فِیْهِ، وَیَبَاحِیْ بِکُمْ مَلَائِکَتُهُ، فَارْوَا اللّٰهَ مِنْ اَنْفُسِکُمْ خَیْرًا، فَاِنَّ الشَّقِیَّ مِنْ حُرْمٍ فِیْهِ رَحْمَةُ اللّٰهِ». واته: «ږه مه زان

بوو به میوانتان، مانگیکه پره له رهمه‌ت که تیندا په‌روه‌ردگار به رهمه‌تی خوی داتده‌پوشیت. رهمه‌ت پی ده‌کات، تاوانه‌کان که ده‌کاته‌وه و وه‌لامی نزاکانته ده‌داته‌وه. له مانگی رهمه‌زانداندا په‌روه‌ردگار ته‌ماشای کینرکینکه‌تان ده‌کات له نه‌نجامدانی کرده‌وهی چاکه‌دا و لای فریشته‌کان ستایش‌تان ده‌کات. که‌واته چاکه‌ی خوت بنوینه، بینه‌خت که‌سینکه له‌م مانگه‌دا له رهمه‌تی په‌روه‌ردگار بینه‌ش ده‌بیت.» (الطبرانی).

له‌م مانگه پیروزه‌دا ده‌پاریزیرین له‌م ناگری دوزه‌خ و شه‌یتان و تاوانه‌کانمان ده‌سرپینه‌وه. په‌یامبه‌ری نازدار(ﷺ) فرموویه‌تی: «مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ». واته: «هر که‌سینک له مانگی رهمه‌زانداندا به‌پوژوو بیت و به هیوای به‌ده‌ستخستنی پاداشتی په‌روه‌ردگار بیت، په‌روه‌ردگار هم‌وو تاوانه‌کانی ده‌سرپینه‌وه و لینی خوش ده‌بیت.» (بوخاری).

له فرمووده‌یه‌کی تردا هاتووه: «إِذَا جَاءَ رَمَضَانُ، فَتُخْتِ الْأَبْوَابُ الْجَنَّةِ، وَغُلِقَتْ أَبْوَابُ النَّارِ، وَصُفِّدَتِ الشَّيَاطِينُ». واته: «کاتیک مانگی رهمه‌زان ده‌ست پی ده‌کات، ده‌رگا‌کانی به‌هه‌شت ده‌کرینه‌وه و ده‌رگا‌کانی دوزه‌خ داده‌خرین و شه‌یتانه‌کان زنجیر ده‌کرین.» (ثمیامی بوخاری).

که‌واته چی خه‌ساره‌تمه‌ندییه‌ک که‌وره‌تره له‌وهی له‌ ناوه‌راستی رهمه‌ته‌کانی په‌روه‌ردگاردا بین، به‌بی نه‌وهی به‌ده‌ستیان به‌ینین؟ له کاتیکدا له‌م بارانی رهمه‌ته له‌م مانگه‌دا به‌سه‌رماندا ده‌باریت، ده‌پوژوی کوتایی هاوشینوهی پوژوه‌کانی تری نییه. عائیشه‌ی دایکی ثمیانداران، (خودا لینی رازی بیت) گنراویه‌تیه‌وه: «كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا دَخَلَ الْعَشْرُ شَدَّ مَنَزْرَهُ وَأَحْيَا لَيْلَهُ وَأَيَّقُظُ أَهْلَهُ». واته: «به هاتنی ده‌پوژوی کوتایی رهمه‌زان، په‌یامبه‌رمان(ﷺ) قایشه‌که‌ی پشستی

تونىد دىكىرد و باش تىدەكوشا و تەواۋى شەۋەكان شەۋىۋى  
 دىكىرد و ھاۋسەرەكانى بۇ شەۋىۋى بەئىكا دەھىنايەۋە. «(بوخارى).  
 بەلام چۈن بىتوانىن تەۋاۋ سوود لەم مانگە پىر رەھمەتە  
 ۋەربىگىرىن، بەتايىبەت لە دە رۆژى كوتايىدا؟ لە خوارەۋە چەند  
 رېگايەك ئامازەيان پى دراۋە:

### كاتىكى تايىبەت تەرخان بىكە بو ھاۋدەمىي پەرۋەردگار

كاتىك دىارى بىكە جا پىش پارشىۋ، ياخود داۋى پارشىۋ تاكو  
 لەگەل پەرۋەردگاردا بىت. ئەم كاتە تەرخان بىكە بۇ پەيۋەستىۋون  
 بە پەرۋەردگارەۋە لە رىيى نوپۇزكردن و نزاكردن و خويندەۋەي  
 قورئانى پىرۋزەۋە. پەيامبەر(ﷺ) دەفەرموئىت: **يَنْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ**  
**وَتَعَالَى إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا كُلَّ لَيْلَةٍ حِينَ يَبْقَى ثُلُثُ اللَّيْلِ الْآخِرِ يَقُولُ:**  
**مَنْ يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبَ لَهُ، مَنْ يَسْأَلُنِي فَأَعْطِيَهُ، مَنْ يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرَ لَهُ،**  
**حَتَّى يَنْفَجَرَ الْفَجْرُ.** واتە: «كاتىك سىيەكى شەۋ دىت، پەرۋەردگارى  
 بالادەست دىتە ئاسمانى يەكەم و دەفەرموئىت: ئايا كەس ھەيە داوام  
 لى بىكات تاكو پىيى بىخشم؟ ئايا كەس ھەيە داۋى يارمەتىم لى  
 بىكات و يارمەتى بىدەم؟ ئايا كەس ھەيە داۋى لىخوشىۋون بىكات،  
 تاكو لىي خوش بىم؟» (بوخارى و موسلىم).

### ساتىك دىارى بىكە بو تىرامان و بىرکردنەۋە

لە ناۋەراستى جەنجالىيەكانى ژياندا بە دەگمەن كات دەدۋزىنەۋە  
 تاكو بوەستىن و پشۋويەك بىدەين، چ جاى ئەۋەي لە راستىيەكانى  
 ژيان رابمىنىن. كاتىك تەرخان بىكە بو تىرامان لەمە و دەرچوون  
 لە رۆتىنىياتى رۆژانەت و بىرکردنەۋە لەۋەي لە كويىت و بۇ كويى  
 دەرۋىت، بىر لە دروستكراۋەكانى چۈاردەۋرت، حەقىقەتى ئەم

ژیانه. مردن و دیدارمان له گهل خالقدا بکه ره وه. کاتیکی هاوشینوهی  
سییه کی کوتایی شه و تهرخان بکه، که هیچ شتیک خه یال و  
بیرکردنه وهت نه شینوینیت.

### گه شتیک بمره و پهره وردگار ئه نجام بده

هه موومان پیوستمان به ئه نجامدانی گه شت هیه. ره مه زان  
به کار بینه و هکو دهر فه تیک بو ئه وهی گه شتیک له گهل پهره وردگارد  
بکه یت. عانیشه گیراویه تیه وه په یامبه ر(ﷺ) راهاتبوو له ده شهوی  
کوتایی ره مه زاندا اعتکاف ببه ستیت و ده یفه رموو: «ئاگاتان له  
ده شهوی قدر بیت، له ده شهوی کوتایی مانگی ره مه زاندا.»  
(بوخاری).

### شهوی قدر لهده ست مه دن

شهویک هیه له ده شهوی کوتایی مانگی ره مه زاندا، گه وره تر و  
خیرتره له هزار مانگ. په یامبه ر(ﷺ) فهرموویه تی: «هر که سینک  
له شهوی قدردا نویژ بکات و به ئومیدی به ده ستهینانی پاداشته وه  
بیت، له هه موو تاوانه کانی پیشووی ده به خشریت.» (بوخاری و  
موسلیم).

عانیشه ی دایکی نیمانداران فهرمووی: «پرسیارم له په یامبه ر(ﷺ)  
کرد: ئه ی په یامبه ری خودا، ئه گه ر بزائم ئه و شه وه شهوی قدره،  
چی نزایه ک بکه م له و شه وه دا؟ په یامبه ری نازدار(ﷺ) فهرمووی:  
«اللهم انک عفوا کریم تحبوا العفو فعفو عنا.» (نیمامی ئه حمده، ابن  
ماجه، ترمزی).

## به رده وامبوون له هه لگرتنی مه شخه لی ره مه زان



مانگی ره مه زان تیپه پی، قورئانه کانمان داخران، مزگه وته کانمان چۆل کران، دله کانمان جاریکی تر پر بوون له خوشه ویستی دونیا و رقلیبوونه وه له مردن و ههوا و ئاره زووه کانمان تهواو کونترولیان کردووین. شهیتان که زنجیر کرابوو، جاریکی دی له میشک، مال و چوارده ورماندا شوینی خوی گرته وه. جاریکی دی په یمانه که ی خوی پاراست، که فریومان بدات.

﴿ قَالَ فَمَا أَغْوَيْتَنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ ۝ ثُمَّ لَا يَجِدُنَا فِي سَبِيلِهِ وَهُمْ عَنْ آيَاتِهِ غَائِبُونَ ۝ وَلَا يَحْشُرُهُمْ رَبُّكَ أَكْثَرَهُمْ شُكْرًا ۝ ﴾ (الاعراف: ۱۶-۱۷).

واته: «ئیبلیس وتی: په روه ردگار به هوی نه وهی تو منت گومرا کرد، ده بیت له سهر ږیگه راسته که ی تو دانیشم و خه لکی گومرا بکه م (۱۶). پاشان ده بی له پیشه وه بۆیان بيم و هانیان بدهم بۆ دونیا و به دوايانه وه گومانیان بۆ دروست ده که م سه بارهت به قیامهت. لای راستیان وه سستیان ده که م له چاکه کردن و لای چه پیانه وه خراپه و تاوانیان بۆ ده پازینه وه. هه موو ږیگایه ک ده گر مه بهر بۆ گومرا کردنیان. ده بیت زور که میان ببینیت شوکرانهت بکه ن و زوریان گومرا به که م. (۱۷)»

کاتیک خومان به لاوازی بینیه وه له به رده م نه و ململانیانیه ی پیش ره مه زان تووشمان هاتن. با مه بهستی هه وله کانمان له ماوه ی مانگی



رهمه‌زاندان له یاد نه‌کین، با ږیگه نه‌دهین به‌رهمه‌کانی رهمه‌زاندان له ده‌ست بچیت. با مه‌به‌ستی سه‌ره‌کی ږوژوو‌گرتنه‌که‌مان له یاد نه‌چیته‌وه. کاتیک په‌روه‌ردگار فەرمان به‌بندده‌کانی ده‌کات به‌ږوژوو بن، ده‌فهرمونیت: ﴿الَّذِي قَالَ لِأَنَّ اللَّهَ عَمْدًا إِلَيْنَا أَلَّا نُؤْمِنَ لِرَسُولٍ حَقًّا يَأْتِيَنَا بِقُرْبَانٍ تَأْكُلُهُ النَّارُ قُلْ قَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّن قَبْلِي بِالْبَيِّنَاتِ وَالَّذِي قُلْتُمْ فَلِمَ قَتَلْتُمُوهُمْ إِنَّ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ۝١٨٣﴾ (ال عمران: ۱۸۳).

واته: «جووله‌که‌کان به‌درو ده‌یانوت: په‌روه‌ردگار په‌یمانې پیمان داوه‌ ئیمان به‌هیچ په‌یامبه‌رنیک نه‌هینین تا‌کو خیر نه‌کین و‌ نا‌گر له‌ ناسمانه‌وه نه‌یت، نه‌و خیره بسووتینیت. نه‌ی موحه‌مه‌د پینان بلې: له‌پیش منیشه‌وه چه‌ندین په‌یامبه‌ری تره‌اتن به‌به‌لگه‌ی ږوون و‌ نا‌شکراوه، به‌وه‌ش که‌ خوتان ده‌یلین له‌ باره‌ی خیر و‌ نا‌گره‌که‌وه، بوچی ئیمانان نه‌ینا و‌ کوشتان، نه‌گره‌ راست ده‌که‌ن؟»

نا‌گادار ږوون له‌ په‌روه‌ردگار بو‌ ته‌واو‌کردنی مه‌به‌ستی بوونمان له‌م ژبانده‌ا، گرنگه. ترس له‌ په‌روه‌ردگار یارمه‌تیمان ده‌دات له‌سه‌ر ږیگا‌ راسته‌که‌ به‌رده‌وام بین. نه‌گره‌ ته‌قوا ماسوولکه‌مان بیت، رهمه‌زان راهینه‌ری تایبه‌تیمان. نه‌گره‌ له‌ ماوه‌ی رهمه‌زاندان بتوانین خومان له‌ پیو‌ستییه‌ جه‌سته‌ییه‌کانمان وه‌کو خواردن و‌ خواردنه‌وه بگرینه‌وه به‌هوی ترسمان له‌ په‌روه‌ردگار، ئایا ناتوانین دوا‌ی رهمه‌زان به‌هوی ه‌مان ترسه‌وه خومان له‌ حرامه‌کان بپاریزین؟ کاتیک به‌ږوژووین، که‌سمان ناتوانین په‌رداخیک‌ ناو به‌دزییه‌وه بخوینه‌وه، ه‌مان نه‌و خودایه‌ی له‌ مانگی رهمه‌زاندان نا‌گاداره به‌ خواردنه‌وه‌ی په‌رداخیک‌ ناو به‌ دزییه‌وه، ده‌توانیت دوا‌ی مانگی رهمه‌زانیش بمانبیت کاتیک تاوان نه‌نجام ده‌دهین. له‌ کاتی رهمه‌زاندان پینش خوره‌لاتن له‌ خه‌و ه‌لده‌سین تا‌کو خواردن و‌ خواردنه‌وه بده‌ینه‌ جه‌سته‌مان، وه‌لی له‌ دوا‌ی مانگی رهمه‌زاندان له‌ ساتی نویژی به‌یاناندا ده‌خوین و‌ ږو‌حمان به‌ برسیتی

دهمینیتته وه. با ریگه نه دهین جاریکی تر ببه زین. شهیتان دووباره بانگمان دهکاته وه و وهسوه سه مان بو دروست دهکات، نه و ته نها دهتوانیت وهسوه سه مان بو دروست بکات، هیز و بزارده له دهستی خوماندايه. پهروه ردگار له قورثانی پیروزدا پیمان دهفه رمویت:

﴿ وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّكَ شَهَدْتَ وَعْدَكُمْ وَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنِّي دَعَوْتُكُمْ فَأَسْتَجَبْتُمْ لِي فَلَا تَتُوبُونَ وَلَوْ مَوَّأَ أَنْفُسُكُمْ مَاءً أَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَآئِمُّكُمْ بِمُصْرِخَتِي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِ مِنْ قَتْلٍ إِنَّ الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴾ (ابراهیم: ۲۲).

واته: «شهیتان به دوزه خیه کان دهلیت: به راستی به لینی پهروه ردگار به لینیکی حهق و راست بوو، منیش به لینی پووچ و ناراستم پی دان. من لیره هیچ توانا و دهسه لاتیکم نییه، تاکو رزگارتان بکه، یاخود له دونیاشدا توانا و دهسه لاتم نه بوو، من ته نها بانگم دهکردن بو خراپه کاری و نیوهش وهلامتان دهمامه وه، بویه لومه ی من مه کهن و لومه ی خوتان بکهن. نه نیوه دهتوانن فریام بکهون و نه منیش دهتوانم فریاتان بکهوم. من بیباوهرم و نکولی له وه ده کهم نیوه منتان کرده هاوبه شی پهروه ردگار. پهروه ردگار دهفه رمویت، که هاوبه شدانه ران و سته مکاران سزای بهئیش و نازاریان بوی هیه.» هه ندیک کهس هه ن ریگه به شهیتان ددهن کونترولیان بکات، وهلی هه ندیکی تر هه ن شهیتان هیچ دهسه لاتیکی به سه ریاندا نییه. پهروه ردگار به شهیتان دهفه رمویت:

﴿ إِنَّ عِبَادِي لَنَرَى لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانًا إِلَّا مِرْثًا مِنْ نَعْمَتِي ﴾ (الحجر: ۴۲).

واته: «به دلناییه وه دهسه لات و توانات به سه ر بهنده دلسوز و هه لیزیر دراوه کانمدا نییه، ته نها نه و که سانه نه بیت که خویان شوینی تو بکهون و له گومراییدا بن.»

چون بتوانین له و به ندانه بین شهیتان هیچ دهسه لاتیکی به

سه‌ریانه‌وه نییه؟ چۆن بتوانین ته‌واوی ساله‌که و ته‌واوی ژیانمان به هه‌مان گه‌رموگوپی و ڤو‌حیانه‌تی مانگی ڤه‌مه‌زانه‌وه به‌رده‌وام بین؟ ئه‌م چهند ڤیگایه‌ی خواره‌وه بگه‌ره به‌ر:

### یه‌که‌م/ ئاگاداری نویژه‌کانت به:

له مانگی ڤه‌مه‌زاندای زۆریکمان دلنیا‌یی ده‌ده‌ینه‌وه له‌وه‌ی نویژه‌کانمان له کات و ساتی خویاندا و زۆر جار به کۆمه‌ل له مزگه‌وتدا ئه‌نجام بده‌ین، به‌رده‌وام به له ئاگاداربوون له نویژه‌کانت، چونکه به دلنیا‌یی‌وه نویژه‌کانت ده‌تپاریزن و ئاگادارت ده‌بن. په‌روه‌ردگار له قورئانی پیروژدا ده‌فه‌رمو‌یت ﴿ اَتْلُ مَا تُوحِی بِتِلْکَ مِنْ اَلْکِتٰبِ وَاقْرِ الصَّلٰوةَ اِذْ اَلْضَلٰوةُ تَنْهٰی عَنِ الْمَحْشَاۃِ وَتُذَكِّرُ وَلِیَذَّکَّرْ ۚ وَکَبِّرْ وَلِلّٰهِ یَعْلَمُ مَا تَصْعُقُوْنَ ۝۴۵﴾ (العنکبوت: ۴۵).

واته: «ئهی موحه‌مه‌د(ﷺ)، ئه‌وه‌ی به وه‌حی بو‌ت دابه‌زیوه له قورئانی پیروژ بۆ خه‌لکی بخو‌ینه‌وه و نویژه‌کانت ئه‌نجام بده، به دلنیا‌یی‌وه نویژ ڤیگری له خراپه و تاوان ده‌کات، زیکر و یادی په‌روه‌ردگار له هه‌موو په‌رستشیک گه‌وره‌تره، په‌روه‌ردگار خوی زانایه به کرده‌وه‌کانتان.»

### دووه‌م/ زیکر و یادی په‌روه‌ردگار بکه به نزیکبوونه‌وه و هاوده‌می قورئانی پیروژ:

له کاتی ڤه‌مه‌زاندای زۆریکمان شه‌و و ږوژ له خو‌یندنه‌وه‌ی قورئانی پیروژدا به‌سه‌ر ده‌به‌ین. زیکر و یادی په‌روه‌ردگار به هاوده‌می قورئان له شه‌یتان ده‌تپاریزیت و دلت پاک و بیگه‌رد ږاده‌گریت. په‌یامبه‌ر موحه‌مه‌د(ﷺ) ده‌فه‌رمو‌یت: «پاکو‌خوا‌ینی هه‌یه بۆ هه‌موو شتیک که خه‌وش و پیسی ده‌گریت. پاک و بیگه‌ردی دل

بە زىكر و يادى پەرۋەردگار دەيىت.» (بوخارى).  
ھەرۋەھا ھەرموويەتى: «تَعْلَمُوا الْقُرْآنَ فَإِنَّهُ شَافِعٌ لِأَصْحَابِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ».   
واتە: «قورئان بخوين، چونكە بەراستى لە رۆژى لىپرىسنەۋەدا دەيىتە  
شەفاعەتكار و تەكاكار بۇ خاۋەنەكەي.» (موسلىم).

### سەيىھەم / زىاتىر بىر بىكەرەۋە و كەمتر بدوى:

پەيامبەرى نازدار (ﷺ) ھەرموويەتى: «ھەندىك جار كەسىك شتىك  
دەلىت بە ھۆيەۋە پەرۋەردگار لە خۇي رازى دەكات و پەرۋەردگار  
پلەي بەرز دەكاتەۋە. ھەندىك جار كەسىك شتىك دەلىت پەرۋەردگار  
لە خۇي دەرەنجىنىت و بەرەو ئاگرى دۆزەخى دەبات.» (بوخارى).  
ئىبراھىم النخاعى، كە پىاۋچاكىكى خواپەرست بوۋە، ھەرموويەتى:  
«ئەۋەي كەمىك رابمىنىت، بوى دەرەكەۋىت باشتىن و ژىرتىن كەس  
لە كۆبوۋنەۋەكاندا كەسىكە لە ھەموۋان بىدەنگىرە، چونكە بىدەنگى شىكۆ و  
جۋانى بە زانايان دەبەخشىت و ھەلە و كەموكورتى نەزانان دەپوشىت.»

### چۈارەم / زۆر تۆبەكردن:

زۆرىنكىمان لە مانكى رەمەزاندا داۋاي لىخۇشبوۋن لە  
پەرۋەردگارى مەزن دەكەين، ۋەلى داۋاي مانكى رەمەزان ۋاز لە  
تۆبەكردن و داۋاكردنى لىخۇشبوۋن دەھىتىن. لە يادت بىت پەيامبەر  
رۆژانە سەدان جار تۆبەي دەكرد. زۆر تۆبەكردن دلەكانمان پاك و  
بىگەرد رادەگرىت و ھەمىشە پەيوەستمان دەكات بە پەرۋەردگارەۋە.  
ھاورىيەكى خۇشەويستەم وتى: بە تىنپەرېبوۋنى مانكى رەمەزان  
ھەموۋان ۋا ھەست دەكەن خىزم و دوستىكىان لە دەست داۋە.  
وتەيەكى زۆر دروستە. با ئىمە ھەل بەدەين رۆيشتى رەمەزان  
بەفېرۆ نەدەين و سوۋدى لى ۋەرگرىن.

## ژوانبهستن



پرسیار: ئایا ژوانبهستن له ئیسلامدا پێپندراوه بۆ ئەوهی  
کەسێک بناسم بە مەبەستی هاوسەرگیری؟ له کاتێکدا زۆر سهخته  
هاوسەرگیری بکهیت و ژوانبهستن ئاساییه له کۆمهڵگاکهماندا. له  
سهردهمهدا هاوسەرگیری رێکخراو باو نییه له نێوانماندا.

وهلام: السلام علیکم برای بهرینزم، سوپاس بۆ پرسیاره  
راشکاوانهکهت لهبارهی ژوانبهستنهوه. چهند باسینکی گرنگت  
ورووژاند.

یهکهم: ئاماژهت بهوه دا له کۆمهڵگهیهکدا یهکدا یهک ژوانبهستن تیندا  
ئاساییه، لهو گرفته تیدهگهم، وهلی گرنگه بزانیتهنها بههوی  
ئوهی شتیک باوه و ئاساییه له کۆمهڵگهیهکدا، نابێته بههانه بۆ  
بهشداریکردن تیندا، لهو کۆمهڵگهیهی پهیامبهری نازدار (ﷺ) تیندا  
ژیاوه، زینده به چالکردنی کچان باو بوو. به دنیاییهوه شهریعهتی  
ئیسلام ئهم جۆره کردهوه دپندانهیهی قهدهغه کرد و گرنگ نهبوو  
لهو کاتهدا چی باوه. له راستیدا پهیامبهرمان (ﷺ) پینی فهرمووین  
ئهوانهی شوینی رینگای راست و حقیقهت دهکهن، ههیشه  
جیاواز و نامۆ دهبن لهوانی دی. له فهرمایشتینکی پیروژدا پهیامبهر  
موحهممهد (ﷺ) دهفهرمویت: (بدأ الإسلام غريباً وسيعود غريباً كما بدأ



## گولجنى نه وين

نضوبى للغرباء. قبل: يا رسول الله! من الغرباء؟ قال: الذين صلحوا  
إدريس الساس. واته: «نيسلام به غهريبي دهستى پى كرد و له  
كوتاييشدا غهريب و نامو دهبيتته وه، خوشبهختى بو غهريبان و  
نامويان. پاشان لبيان پرسى: ئه پيامبهري خودا (ﷺ) ئه و غهريب  
و نامويانه كين؟ وه لامى دايه وه: ئه وانن خواپه رست و چاكه كارن.  
له كاتيكد خه لكاني تر خراپه كارن.» (نيمامى نه حمه د).

دووه م: باست له ناسيني كه سىك كرد بو مه بهستى هاوسه رگيرى.  
پرونت كرده وه ژوانبهستن پنيويسته، چونكه هاوسه رگيرى ريخراو  
ئيستا باوى نه ماوه. له گهل ئه وه يشدا به وتنى ئه وه ئاماژت به وه  
دا، ته نها ئه و دوو ريگايه هيه بو هاوسه رگيرى كردن. ئه وه دى له  
يادت كردووه ئه وه يه بژارده دى سنيهم هيه. ئه و بژارده يه له  
لايه ن پيامبهري خوشه ويسته وه (ﷺ) فير كراوين. با ليكولينه وه له  
هه رسي ريگاكه بكه ين بو ناسيني هاوسه ر و هاوبه شى ژيانمان:

## يه كه م / ژوانبهستن

يه كيك له بژارده كان، برىتييه له ژوانبهستن. ئه م بژارده يه به هوى  
چهند هوكارى كه وه قه دهغه كراوه. يه كه م، پيامبهري نازدار (ﷺ) فيرى  
كردووين، حه رام و ريئه دراوه بو دوو كه سى نامه حه رم به ته نها پيكه وه  
بن. ئه مه پنى دهوترىت خه لوته. پيامبه ر (ﷺ) ئاگادارى كردووينه ته وه  
له وه دى ئه گه ر دوو كه س پيكه وه خه لوته بيهستن، شه يتان ده بيته  
سنييه ميان. پيامبه ر موحه ممه د (ﷺ) فه رموويه تى: **أَلَا لَا يَخُونُ رَجُلٌ بامرأة**  
**إِلَّا كَانَ ثَالِثَهُمَا الشَّيْطَانُ.** واته: «كاتيك پياويك به ته نها له گهل ئافره تىكد  
ده بيت، شه يتان ده بيته سنييه ميان.» (صحيح بوخارى).

زور گرنگه په روه ردگار هيچ شتيك قه دهغه ناكات، مه گه ر ئه وه دى زه ره ر  
و زيانى هه بيت بومان. با ليكولينه وه له حه رامى ژوانبهستن بكه ينه وه:



راپورته کان دهریده خه ن زوریک له دهستدریژییه سینکسییه کان له لایه ن کهسانی غه ریبه وه نه نجام نه دراو ن. له راستیدا به پتی نووسینگه ی دادپهروه ریبه نه مریکا (۶۸٪) ی کچانی گهنج، پیشتتر نه و که سانه یان ناسیوه که دهستدریژیان کردوته سهریان، خوشه ویست، هاوړی، یاخود دوستیکیان بوون. (۶۰٪) ی کچانی گهنج له مالی خویاندا، یاخود مالی هاوړی و خزمیکیاندا دهستدریژیان کراوته سهر، نهک له کولانه تاریکه کاندا. به گشتی نه و که سانه ن له گه لیاندا ده چیته جیژوان که نه و تاوانانه نه نجام دهن. کاتیک ژوانبه ستن له کومه لگایه کدا زور ناسایی و بهربلاو ده بیت، به هه مان شیوه دووگیانی نه ویستراو و نه خوشییه گوازاوه کانیش بهربلاو دهن. به ړنگریکردن له خه لوته، پهروه ردگاری دانا و زانا نیمه ده پاریزیته.

ههروه ها ده زانیت زینا له نیسلامدا تاوانیکی گه وره یه، به لام پهروه ردگار ته نها پیمان نالیت: زینا مه که ن، به لکوو له قورنانی پیرو زدا ده فهرمویت: ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الرِّیَالَ اِنَّهٗ كَانَ فَحِشَةً وَّسَاءَ سَبِيْلًا ۝﴾ (الإسراء: ۳۲)، واته: «نزیکی زینا مه که ون، چونکه تاوانیکی گه وره یه و خراپه و دهروازه یه که بو خراپه کاری دی.»

که س منداله که ی له سهر شه قامیک جیناهیلیت، یاری بکات و هیوادار بیت ئوتومبیل لینی نه دات. یه کیک له ړیسا گرنگه کانی نیسلام، بریتییه له: پاراستن پینش چاره سهرکردن. نزیکی ناگر ناکه ویته وه و دواتر بهرسیت بوچی سووتاویت. پهروه ردگار هه موو شتیکی قه دهغه کردووه، که به ره و زینات ده بات، به تایبه تی خه لوته ستن. که واته نه گهر خه لوته ړینه دراو بیت، ده بیت چی بو تریت له باره ی په یوه ندی جهسته یی و ژوانبه ستنه وه؟

په نکه بو تریت ژوانبه ستن گرنگ و پنیوسته بو دوزینه وه ی هاوسهر

و هاوده ميک. باسه که نه وه په ژوانبه ستن نابيته هوى زيادکردنى ريزه ي سهرکه وتنى هاوسه رگيرييه که. له راستيدا ژوانبه ستن له کولتوورى نه مريکادا باو و ناساييه، وهلى به پيى جينيفه ر به يکهرى په يمانگى فوريست بو دهروونناسى (۵۰٪) سى هاوسه رگيرى به که م، (۶۷٪) سى هاوسه رگيرى دووهم و (۷۴٪) سى هاوسه رگيرى سيبه م، به جياپوونه وه کوتايى ديت. ههروه ها به پيى نووسينگى نيشتيمانى تويزينه وهى نابوورى، نهو خوشه ويستانه ي پيش نه نجامدانى هاوسه رگيرى پيکه وه ژياون (۸۰٪) ريزه ي جياپوونه وه يان زياتره له وانه ي پيش هاوسه رگيرى پيکه وه نه ژياون، که واته نه گهر ژوانبه ستن بيبته هوى زيادکردنى نه گهرى ده ستريزى سيکسى، نه خوشيه گوازاوه کان، دووگيانى نه ويستراو، يارمه تيت نه دات له دوزينه وهى هاوسه ريکى باش و سهرکه وتوودا، چى که سيکى خاوه ن ژيرى نه م بزارده يه ي هله ده بزارد؟ نه ناته نه گهر له لايه ن شهربه تى نيسلاميشه وه قه ده غه نه کرايا؟

### دووهم/ هاوسه رگيرى ريکخراو

ههروه ها بزارده يه کى تر هه به بريتيه له هاوسه رگيرى نه و او ريکخراو. هه رچه نده شتيکى باش و ناساييه دايبابان، ياخود هاوريى گيانى به گيانى دوو هاوسه ر به يه ک بناسين و به يه کيان بگه يه نن، په يامبه رمان (۱۳۳۰) پيى فرمووين: کوپرايه نه چينه نيو که ژاوه ي هاوسه رگيرييه وه. جاريکيان پياويک هات بو خزمه تى په يامبه رى نازدار (۱۳۳۰) و پيى وت: ده يه ويت هاوسه رگيرى بکات، په يامبه ر (۱۳۳۰) پرسى نايا نافره ته که ت بينيوه؟ کاتيک پياوه که وتى: نه خير. په يامبه ر (۱۳۳۰) فرمووى: برو و نه ماشاي بکه، تاکو خوشه ويستى بگه ويته نيوانتانه وه. (نيمامى نه حمده).

### سيئەم/خوازبيني ئيسلاميانە

ئىسلام چارەسەرىكى نيوەندى داناوہ بۇ خوازبيني، كە تاكەكان و كومەلگەش دەپاريزيت، بەلام ناھيلىت خەلكى بە شيوہيەكى كويرانە پەيوەندى ھاوسەرگىرى بېەستن. ئەگەر ئافرەتىك ھەبىت بتەوى ھاوسەرگىرى لەگەلدا بگەيت، پتويستە بچيت بۇ لاي كەسە مەحرەمەكانى. بەم شيوہيە چەندىن دەروازە دەبىت تاكو لە رىيەوہ باشتەر بىناسيت، بى ئەوہى بچنە جيژوان، ياخود پەيوەندى جەستەبىتان ھەبىت. قسەكردن لە رپى تەلەفۇن، ئىمىل، ياخود ئىنتەرنىتەوہ، ياخود ھەلسوكەوتكردن لەگەل كەسىكى مەحرەمىدا دەرفەتىكى باشت بۇ دەپەخسىنىت تاكو زياتر لە بارەيانەوہ بزانىت، بەبى ئەوہى ئەو سنوورانە بېەزىنىت كە پەرورەدگارى زانا و دانا دايناوہ. پەيامبەرمان موحەممەد(ﷺ) فەرموويەتى: «مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يَخْلُونَ بامرأة ليس بينها وبينه محرمة». واتە: «ئەى ئەوانەى باوہرتان بە پەرورەدگار و رۆژى دوايى ھەيە، ھىچ ژوانىك لەگەل ئافرەتىكى نامەحرەمدا مەبەستن، بەبى ئامادەبوونى كەسىكى مەحرەمى.» (ئىمامى ئەحمەد).

پەرورەدگارى مەزنىش زاناترە بە شتەكان. نزام واىە ئەوہى نووسىومە، سووديان ھەبوويىت. ئەوہى بەراستى و دروستى وتوومە لە لايەن پەرورەدگارمەوہيە. ھەر ھەلە و كەموكورتىيەكىش ھەبىت ئەوا لە خۆمەوہيە.

تەنیا حاجى

Tanya Haji | تەنیا حاجى

public channel

## Description

بِسْمِ اللَّهِ  
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

♥ چەنالىك تايپەت بە كىتب و بابەتى جياواز ♥

ئەم كىتبە لەلايەن خاتوون "يوسرا عمر"

كراوہ بە ديارى بۇ خوینەرەن

چەنال

<https://t.me/tanyahaji7>

بۇ راوبۇچون و پسىار بۇ كىتب مەينىرە!

@tanyahaji22

[t.me/tanyahaji7](https://t.me/tanyahaji7)



## ئایا گرووی میلشیای هوتاری

### نوینه‌ری مه‌سیحیه‌تن؟



نو ئه‌ندامی گرووپیکی میلشیای مه‌سیحی (هوتاری)، روزی دوو شه‌مه تۆمه‌تبار کران به پلاندانان بو کوشتنی ئه‌فسه‌ریکی پولیس، له‌ری بۆمبی ده‌ستکرده‌وه. به‌پینی به‌لگه‌کان کرده‌وه‌کان بو هه‌لگیرساندنی شۆرش دژی حکومه‌تی ویلایه‌ته‌یه‌کگرتووه‌کان، ئه‌نجام دران.

هه‌واله‌کانی ئه‌م کرده‌ تیرۆرستییه‌ ده‌بیته‌ سه‌ره‌لدانی گفتوگوکردن له‌ باره‌ی بیرۆکه‌ی تیرۆرستی نیوخوپی، به‌لام هه‌ندی شت هه‌ن به‌شیک نین له‌و گفتوگویه. بو نمونه‌ گویبستی ئه‌وه‌ نابین شاره‌زایان باس له‌وه‌ بکه‌ن ئایا شه‌ریعه‌تی مه‌سیحیه‌ت شوینکه‌وتووانی فیری هه‌لکوتانه‌ سه‌ر حکومه‌ت و کوشتنی خه‌لکی ده‌کات، یاخود نا. هه‌رچه‌نده‌ ویبسایتی هوتاری ئاماژه‌ی به‌ وته‌یه‌کی په‌رتووکی پیروز داوه، که هانی جه‌نگان و به‌ختکردنی رۆح ده‌کات له‌پیناو ئامانجیکی گه‌وره‌تردا. په‌رتووکی پیروز ئیدانه‌ ناکریت بو هاندانی کرده‌وه‌ی تیرۆرستی.

هوتاری واتا: «جه‌نگاوه‌ره‌ مه‌سیحیه‌کان»، هیشتا خه‌لکی ئه‌مریکی ئیدانه‌ و لومه‌ی مه‌سیحیه‌ت ناکه‌ن. ئاسایشی نه‌ته‌وه‌یی ئه‌و که‌سانه‌ جیا ناکه‌نه‌وه‌ له‌ هیلێ ئاسایشی فزۆکه‌خانه‌ که‌ هه‌لگری ناوی مه‌سیحین و جیهان چاوه‌ڕینی هه‌موو مه‌سیحیه‌ ئاشتیخوازه‌کان ناکات، داوای

لىبووردن بىكەن بۇ كارىك كە ھىچ پەيۋەندىيەكەيەن پىۋەي نىيە، تەنھا لەبەر ئەۋەي بە ناۋى ئەۋانەۋە ئەنجام دراۋە.

بەداخەۋە ئەم ياسايانە بەسەر مسولماناندا جىيەجى نابىن. كاتىك مسولمانىك تاۋانىك ئەنجام دەدات، قورئان تاۋانبار دەكرىت. بۇ نموۋە، دۋاي ئەۋەي بۇمبىكى سەرى سال شىكستى ھىنا، گۇڧارىكى جانۋەرى وال سىترىت ئامازەي بەۋ راسىتىيە دابوو، عومەر فاروق عەبدولموتەلىب لە پەيمانگاي سەنعا بۇ زمانى عەرەبى خويندۋىيەتى.

مۇھەممەد ئەلئەنسىسى بەرپۋەبەرى پەيمانگاگە وتى: «دەيزانى چۈن عەرەبى بخوينىتەۋە و بنووسىت، چۈنكە دۋاي مسولمانبوۋنى فىرى خويندەۋەي قورئان بىوو، بەلام تاۋاناي ئاخاۋتنى سنووردار بوو.» ھەرۋەھا عومەر فاروق ۋەك خويندكارىك ھۇنراۋەي فەرەنسىشى خويندبوو، بەلام ديار بوو ئەمە پەيۋەندى بە تاۋانەكەيەۋە نەبىت. لە لايەكى ترەۋە خويندنى قورئان و زمانى عەرەبى پەيۋەست بوو پىۋەي. ئەگەر ھەۋالى تىرۋورستىكى مسولمان بلاۋ بىتەۋە، ئىسلام دەستى دەبىت لە تاۋانەكەدا. ۋەلى پىژەيەكى زۇر كەم مەسىحىيەت تۇمەتبار دەكەن بە ھاندانى كارى تىرۋورستى مىلشايى ھوتارى. ئەم تىرۋورستە مەسىحىيانە بە تاۋانبارى كوشندە دادەنرىن، چۈنكە ئاينىكى ئاشتىخۋازيان شىۋاندۋە.

لە لايەكى ترەۋە تىرۋورستى مسولمان شۋىنكەۋتەي ئاينىكى توندوتىژ و توندېرەۋە. تىرۋورستى مەسىحى بە توندوتىژ دادەنرىت بى گوئىدان بە بىروباۋەرى، ۋەلى مسولمان توندوتىژ و توندېرەۋە بە ھۋى بىروباۋەرەكەيەۋە. رەنگە ھەندىك بلىن، بە ھۋى ئەۋەۋەيە، كە قورئان پېرە لە ۋتەي پېر توندوتىژى، لە كاتىكدا پەرتوۋكى پىروز تەنھا خوشەۋىستى و ئاشتى فىرى شۋىنكەۋتۋانى دەكات. لە نووسراۋىكى ئىن پى ئاردا، فىلىپ جىنكىنزى مىژوۋناس و ئايناس، پوۋنى كرەۋتەۋە لە راسىتىدا



توندوتىژى لە پەرتووكى پىرۇزدا زياتر بوونى ھەيە بە بەراورد بە قورئان. فېلىپ جىنكىنز وتى: «زۆر جىنى سەرسامىيە فەرمايشتەكانى نىو قورئان كەمتر باسى خوينىژى دەكەن و ميانزەوترن لە فەرمايشتەكانى نىو پەرتووكى پىرۇز.» ھەروەھا بوونىشى كەردەو توندوتىژىيەكان لە قورئانى پىرۇزدا بە گشتى مەبەست لىيان بەرگىكردنە.

جىنكىنز دەلىت: «بەپنى پىنورەكانى كات كە سەدەي ھەفدەيەمى دوای زاینىيە، ياسای جەنگ كە لە لاين قورئانەو ديارى كراوھ لۆژىكى و مرقانەيە. پاشان بگەرىنەو سەر پەرتووكى پىرۇز دەبينىن ھەندىك شتى تىدايە بۆ زۆر كەس ماىەي سەرسامىيە. جۆرىك لە جەنگ لە پەرتووكى پىرۇزدا ئاماژەي پى دراوھ، دەكرىت پنى بوترىت كۆمەلكوژى.»

ئایا جۆرىكى تر لە تاوان دروست دەكرىت بە ناوى «تىرۇرستى مەسىحى؟ ئایا ھەموو كۆمەلگەي مەسىحىيەت دەست دەكەن بە بەرگرى، لە كاتىكدا راگەياندنەكان دەست دەكەن بە پرسىنى «بۆچى مەسىحىيەكان ئىدانەي ئەو كەردەو تىرۇرستىيە ناكەن؟» رەنگە بەو شىوھە نەبىت. پرسىارەكە ئەوھە: بۆچى پىوىست ناكات كەسىك بە ناوى كرىستوفەر ئىدانەي كەردەوكانى مىلشپاى ھوتارى بكات زياتر لە كەسىك بە ناوى موخەمەدەوھ؟ بۆچى دەبىت چاوەروان بكرىت موخەمەد كەردەوكانى بۆمبچاندنى سەرى سال ئىدانە بكات، زياتر لەوھى چاوەرەي دەكرىت كرىستوفەر ئىدانەي بكات؟

ئاندرو ئارىناي ئەفسەرى رېكخراوى ئىف بى ئاى، وتى: «ھوتارى تاكە نموونەي گرووپىكى توندەرەوھ لە تەواوى كۆمەلگەكەماندا بوونى ھەيە. تاوانەكانيان بە چەشنىك ئەنجام دەدرىن ھىچ پەيوەندىيەكيان بە پەپرەوى ئاينەكەيانەوھ نىيە، نەك ئەوھى ئاينەكەيان ھۆكار و پالنەر بىت.»

## ئەو وانەيەي لە گولەباخیکەوہ فیڕ بووم



گولەباخ ھەمیشە خۆشەویستترین و پەسەندترین جوری گول بووہ لە لام. ھەمیشە سەرسام بە کاملی و جوانیان بۆ ساتیک. وەلنی لەو ساتە و تەنانەت ساتەکانی دواتریشدا گولەباخ وانەيەکی بەھاداری فیڕ کردووم. مەبەستم وانەي ڕووەکی و کشتوکالی نییە، بەلکوو مەبەستم وانەي ژیانە. چی بەسەر ئەو پەرەي گولەباخانەدا دیت دواي پشکووتیان؟ چی بەسەر ئەو ڕەنگە سوورە درەوشاوہ و قەشەنگەدا دیت کە گولەباخەکە دلگیر دەکات؟ پەرەي گولەکان سیس دەبنەوہ. ڕەنگە سوورە درەوشاوہکە دەگۆریت بۆ ڕەنگی قاوہیی. ئەو گولەباخەي ڕۆژیک لە ڕۆژان پڕ بوو لە جوانی و قەشەنگی و ژیان، وشک ھەلدەگەڕیت و بە نەرمترین دەستلیدان ھەلدەوہریت و ورد دەبیت. گرنگ نییە چەندە ھەول بدەین، چەند جار ئاوہکەي بگۆڕین، یاخود خۆراکی بدەین، ناتوانین گولەباخیک لە وشکبوون و وەرین بپاریزین.

ئەم پڕۆسەيە زۆر پڕ مانا و قوولە، ئەگەر لینی ڕابمێنین، بی مەبەست ڕوونادات. پەروەردگار لە قورئانی پیرۆزدا بە ڕوونی پیمان دەفەرمویت، کە چی وانەيەکی ژیان لە گولەباخەوہ فیڕ دەبین. پەروەردگار دەفەرمویت:

گولجنى نه وين

﴿ تَعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعْنٌ وَلَهُوَ رِيسَةٌ وَمَا خَرُّنَا مِنْهَا فِي الْأَنْفَالِ  
وَأَنْزَلْنَا كَمَا نَزَّلْنَا عَنِ الْغَمِّ الْخَفَّارَ إِنَّهُ ثُمَّ يَهْبِطُ فِيهَا فَتَضَعُهُ ثُمَّ يَكُونُ خُطْمًا ۖ وَ  
يُخْرِجُ عَنْهَا شِدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنْ رَبِّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعٌ ۖ تَغْوُوا ۖ ﴾  
(الحديد: ۲۰).

واته: «بزائن ژيانى ئه‌م دونيايه برىتييه له يارى و کاتبه‌سه‌بردن،  
ده‌روات و کوتايى پى ديت و شانازيکړنه به‌سه‌ر يه‌کتردا به شتى  
دونيايى و مال و سامانتانه‌وه. هاوشينوې بارانکى به‌سووده که  
ده‌باريته زه‌وى و جوتياره‌که به جوانى به‌ره‌مه‌کى سه‌رسام  
ده‌بیت، پاشان سه‌وز ده‌بیت و دواتر وشک و زهره‌لدى و له‌ناو  
ده‌چیت. مروقيش وايه، سه‌ره‌تا گنج و لاوه و دواتر پير ده‌بیت و  
ده‌مریت. کافران و بيباوه‌ران سزاي سه‌ختيان بو هيه له‌و دونيادا.  
ژيانى دونيا هيچ نيه، جگه له‌ فريوده‌ريک.»

بو‌يه وشکبوونه‌وه‌ى ئه‌و گوله‌باخه نيشانه و ئاماژه‌يه‌که بومان.  
يه‌کتيک له‌ گرنگ‌ترين و تال‌ترين راستيه‌کانى ژيانمان فير ده‌کات، که  
هيچ شتيک له‌م ژيانه‌دا هه‌ميشه‌يى نيه. هه‌موو شتيک کوتايى ديت  
و له‌ناو ده‌چیت، جگه له‌ په‌روه‌ردگارى خاوه‌ن ده‌سه‌لات. نه‌ستيره  
جوانه‌کانى فيلمه‌کان ده‌بينين له‌سه‌ر شاشه‌ى ته‌له‌فيزونه‌کانمان. به  
لاياندا تيده‌په‌رين، کاتيک له‌سه‌ر به‌رگى گو‌فاره‌کاندان. سه‌رسامى  
رووخساره‌ دلگير و لاشه‌ ريک و جوانه‌کانيانين، به‌لام چى به‌سه‌ر  
ئه‌و رووخسارانه‌دا دين، دواى ده، بيست، ياخود سى ساليكى تر؟  
رووخساريان چرچولوچ ده‌بیت، کال ده‌بنه‌وه و ده‌مرن. چى به‌سه‌ر  
بليمه‌ت‌ترين و زيره‌ک‌ترين ميشکدا ديت؟ په‌نجا سال دواى ئه‌وه‌ى  
داهيتانينک، ياخود دوزينه‌وه‌يه‌کى سه‌رسام‌ک‌رى راگه‌ياند؟ په‌نگه به  
بينه‌نگى له‌ سووچينکى خانه‌ى به‌سالاچواندا پراکشاييت و هه‌ول بدات  
ناوى خوى بير بيته‌وه.

نایا تیرامان له‌م راستیانه‌ی ژیان بۆ ئه‌وه‌یه‌ خه‌مبار و دله‌نگمان بکات و ناچارمان بکات به‌ ته‌مه‌لی؟ نه‌خیر، ئه‌م راستیانه‌ نیشانه‌ و به‌لگه‌ن و رینوینین بۆمان. له‌ رینی سیسبوون و وشکبوونی گوله‌باخ و وه‌رینی په‌ره‌ی گوله‌باخه‌وه‌، په‌روه‌ردگار بیرمان ده‌هینیته‌وه‌ هه‌موو شتیکی ئه‌م دونیایه‌ کوتایی دیت. بیرمان ده‌خاته‌وه‌ هیچ شتیک له‌م دونیایه‌دا هه‌میشه‌یی نییه‌، جگه‌ له‌ زاتی مه‌زنی. ئه‌م راستیانه‌ بۆ خه‌مبارکردنی ئیمه‌ نین، به‌لکوو بۆ ئه‌وه‌ن به‌ئاگامان بیننه‌وه‌ و بیرمان بخه‌نه‌وه‌ که‌ نابیت هه‌رگیز وابه‌سته‌ی ئه‌م شته‌ فریوده‌رانه‌ بین. په‌روه‌ردگار له‌ قورئانی پیروژدا ئه‌م راستیه‌مان چه‌ندین جار بیر ده‌هینیته‌وه‌ و ده‌فه‌رمویت:

﴿وَلَا تَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ إِلَّا وَجْهَهُ لَهُ الْحُكْمُ وَيَوْمَهُ تَرْجَعُونَ ۝﴾ (القصص: ۸۸)، واته‌: «له‌ شتیکی تر مه‌پاریره‌وه‌، جگه‌ له‌ په‌روه‌ردگار، هیچ په‌رستراویکی به‌ حه‌ق نییه‌، جگه‌ له‌ زاتی مه‌زنی، جگه‌ له‌ هه‌موو شتیک له‌نیو ده‌چیت. بریاردان هه‌ر بۆ زاتی په‌روه‌ردگاره‌ و هه‌ر بۆ لای ئه‌و ده‌گه‌ریننه‌وه‌.»

له‌ سوره‌تیکێ تردا ده‌فه‌رمویت: ﴿كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَارٍ ۝ وَسَقَىٰ وَجْهَ رَبِّكَ دُورَ الْجَلَلِ وَالْإِكْرَامِ ۝﴾ (الرحمن: ۲۶-۲۷).

واته‌: «هه‌موو شتیک له‌ناو ده‌چیت، جگه‌ له‌ زاتی مه‌زنی په‌روه‌ردگار.»

ئه‌مانه‌ ده‌ربڕینی زۆر پر مانان، که‌ مه‌به‌ست لییان هه‌ژاندن و به‌ئاگاهیتانه‌وه‌مانن له‌ ناخه‌وه‌. سوره‌تیک له‌ قورئانی پیروژدا هه‌یه‌ که‌ له‌ سنی ئایه‌تی کورت پیکهاتوو و ئه‌م راستیه‌ زۆر به‌ جوانی ږوون ده‌کاته‌وه‌. ئه‌ویش سوره‌تی، (العصره). ﴿وَالْعَصْرِ ۝ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِٖ أَكْفَرٌ ۝ إِلَّا الْبَرَّ ۝ أَمْ أَمَّا وَعِمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالْحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالْعَصْرِ ۝﴾ (العصر: ۱-۳). په‌روه‌ردگاری مه‌زن له‌ سه‌ره‌تای

سورەتەكەدا سويند بە كاتى عەسر دەخوات. پاشان وشەى (إن) (بەراستى) و (إلا) (لە راستیدا) كە ھەردووکیان بو جەختکردنەوھن بەكار دینیت. بەكارھیتانی سويندخواردنیک و دوو وشەى جەختکردنەوھ ئاماژەن بۆ وتە و ھەربىرىكى زور توند، كە ئەمەیان بە دوادا دیت «لە راستیدا مروقەكان دەدورین.»

پرسیارەكە لىرەدا ئەوھىە: ئایا مروف چى دەدوریت و لە دەست دەدات؟ ھەموو شتىك. لە دەستدانى كات، لە دەستدانى ئەو كەس و شتانەى خوشمان دەوین، لە دەستدانى تەندروستى، جوانى، ھەولدانى بىبەرھەم. كاتىك ئەم شتانە لە دەست دەچن، ئەو بە تەواوى دۆراوین، جگە لە دەستەيەك لە خەلكى ھەلبژێردراو: «ئەوانەى باوەردارن و كارى چاكە ئەنجام دەدن و ئاموزگارى يەكترى دەكەن بۆ سەر بىنى راست و بەردەوامبوون.»

بۆ ئەو دەستە ھەلبژێردراو ھىچ لە دەستدان و دورانىك نىيە. كەواتە تەنھا بە ھۆى باوەر و كردهوھەكانمانەوھىە دەتوانین شتانىك بە دەست بهێنین لەم ژيانە لەناوچووھدا. تەنھا بە رزگار بوون لە وابەستەبوونە ھەلە و فریوھەرەكانمان و پەيوەستبوون بە پەروەردگارەوھ دەتوانین لە زەرباى تراويلكەدا بە ئاوەوھ بگەڕىنەوھ. تەنھا پەروەردگار نەمرە و بۆ ھەمىشە زىندووھ. بويە تەنھا ئەو شتانەى لە پىناو پەروەردگاردا ئەنجام دەدرين، دەمىننەوھ. تەنھا ئەو شتانەى لە پىناو پەروەردگاردا خوش دەويسترین لە كۆتايیدا دەگەڕىنەوھ لامان. جگە لەمانە ھەموو شتىكى دى لەناو دەچیت و دەفەوتیت. ھەموو شتىكى دى ھاوشىوھى ئەو پەرە گولە وەريوانە دەبن، كە ئىمرۆ خوشمان دەوین، وەلى سبەى وشك دەبنەوھ و ھەلدەوھەرين.

## هه‌ولدان و پرووناکی کۆتایی تونیله‌که



ئه‌و شتانه‌ی دایکایه‌تی فێرت ده‌کات زۆر سه‌رنج‌پراکێشن. سێ هه‌فته له‌مه‌وبه‌ر تووشی گه‌وره‌ترین تاقیکردنه‌وه بووم، که ئافره‌ت تووشی ده‌بی‌ت. ئه‌زموونی‌ک بوو که به‌ ته‌واوی ژيانم ده‌گۆرێت. سێ هه‌فته له‌مه‌وبه‌ر بوومه‌ دایک.

ئازاری منداڵبوون به‌ دله‌ییه‌وه‌ هۆکاریکی هه‌یه که وشه‌ی (labor) یی بۆ هه‌لبژێردراوه، که به‌ مانای (زۆر هه‌ولدان و کارکردن) یش دێت. له‌و ململانییه‌دا و ته‌نانه‌ت له‌وه‌ش گرانت‌تر په‌روه‌رده‌کردنی منداڵه، که به‌ دوایدا دێت و لێیه‌وه‌ فێری وانه‌یه‌کی به‌هاداری ژيان ده‌بین.

ده‌وتریت: «باشترین شته‌کانی ئه‌م ژيانه‌ بێهه‌رامبه‌رن.» به‌لام له‌نیو ئه‌و هه‌موو درۆیانه‌ی پێمان ده‌وتریت ئه‌م وته‌یه گه‌وره‌ترین درۆیه. هه‌یج شتی‌ک له‌م ژيانه‌دا بێهه‌رامبه‌ر نییه، به‌ تایبه‌ت باشترین شته‌کان. هه‌موو شتی‌ک نرخ‌ی خۆی هه‌یه. تا‌کو شته‌که به‌هادارتر و گرنگ‌تر بێت، نرخه‌که‌ی به‌رزتر و زیاتره‌.

هه‌موو شتی‌کی گرنگ و شایسته‌، پێویستی به‌ کارکردن و هه‌ولدانه‌ بو‌ی. په‌روه‌ردگاری مه‌زن له‌ قورئانی پیرۆزدا ئه‌م راس‌تییه‌مان فێر ده‌کات، کاتی‌ک ده‌فه‌رمو‌یت: ﴿وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ ۚ وَأَنَّ سَعْيَهُ



سَوَفَ يُرَىٰ ۖ ثُمَّ يُخْرَجُهُ الْخُرَّاءَ الْأَوَّلَىٰ ۖ وَأَن إِلَىٰ رَبِّكَ الْمُنْتَهَىٰ ﴿٣٩﴾ (النجم: ۳۹-۴۲)، واته: «ههول و توانای مروف خوی نه بیت، هیچ شتیک سوودی پی ناگه یه نیت (۳۹) و ههول و تیکوشانی خویشی له رورزی قیامه تدا ده بینته وه (۴۰). پاشان په روه ردگار به ته واوی پاداشتی ده داته وه (۴۱). گه رانه وهیش هه ربو لای په روه ردگاری مه زنه (۴۲).»

بویه په روه ردگار پیمان دهفه رمویت پیوښته له م ژبانده هه موو کات ههول بدهین و تیکوشین. هه روه ها پیمان دهفه رمویت هه موو ههولیکمان به رهه می خوی ده بیت، بو نمونه مندالبوون. ثایا په روه ردگار نهیده توانی مندالبوون به ته واوی بی ټیش و ئازار و ئاسان بکات؟ نه ده کرا هه موومان بی ټه وهی دایکمان تووشی خوښه ربوون و ئازار بکهین، بیینه ټه م دنیا یه وه؟

یاخود بیر له دوو گیانی بکه ره وه. په روه ردگار دهفه رمویت: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَلَدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ ۖ وَهَدًى عَلَىٰ وَهْدٍ ۖ وَفَصَّلَهُ فِي عَمَرٍ ۖ ثُمَّ لِي وَلَوْلَدِيكَ إِلَى الْمَصِيرِ ۚ﴾ (لقمان: ۱۴)، واته: «ناموزگاری مروفمان کردوه به وهی چاکه کار بن له گهل دایک و باوکیاندا. ټه و دایکه ی مندال له سکیدا هه لده گریت و به هویه وه لاواز و بینیز ده بیت، پاشان دوو سال شیر ی پی ددهات و دواتر له شیر ده بیرته وه. سوپاسگوزاری من به، پاشان دایک و باوکت. سه رنه انجامیش بو لای من ده گه رینه وه.»

ثایا په روه ردگار نهیده توانی له ماوهی شه ویکدا مندال دروست بکات، بی ټه وهی دایکان نو مانگ له سکياندا هه لیبرن؟ ثایا نه ده کرا گه شه بکهین بی ټه وهی بیینه هوی نه خوشبوون و ماندووبوون و سه ختی پیکردن، خه وتن، هه ناسه دان و خواردنی دایکمان؟ به لام به هوی ټه و هه ولدان و تیکوشانه وه چیمان ده ست ده که ویت؟ به هوی ههول و ماندوویمانه وه په کیک له گه وره ترین و به هادارترین

خه لاته کانی په روه ردگار وه ده ست دینین: مندالینکی جوان و دلگیر، به لام نه وه بیه رامبه نه بوو. هیچ شتیکی نه م ژیا نه ش بیه رامبه نه بیه. نه گهر ده ته ویت مه دالیای ئالتوونی بیه ته وه، پیو یسته راهینان بکه یت. نه گهر ده ته ویت پروانامه یه ک به ده ست به ینیت، پیو یسته چه ندین سال شه ونخونی و روژانی ماندوویی به سهر به ریت و بوی بخوینیت. ته نانه ت ساده ترین شت که به ته ویت له شتیکی ریک و جوانت هه بیت، پیو یسته راهینانی بو بکه یت.

نه گهر ده ته ویت به هه شت به ده ست به ینیت، پیو یسته هه ولی بو بده یت. نه گهر ده ته ویت له کوتاییدا له گهل په روه ردگار دا بیت، پیو یسته به رگه ی ئازاری برسیتی مانگی په مه زان بگریت، واز له خه و به ینیت بو نه نجامدانی نویژی به یانیا ن، سه روه ت و سامانه که ت بیه خشیت و زه که ت ده ربکه یت. نه مه نرخ ی به هه شته، که خه لاتیکه له لایه ن په روه ردگار ه وه و بنگومان بیه رامبه نه بیه.

به هه مان شیوه کور په که م خه لاتیک بوو، ده بوو له پیناو به ده سته ینانیدا تیکو شم و ماندووبم. نه و هه ولدانه تایبه تمه ندیه کی نه م دنیا ناکامله یه، که هه رگیز ئاسان و ساده نییه. کاتیک ته ماشای مندالینک ده که یت له سه ره تای هاتنه دنیا یه وه نه م راستیه ت بووون ده بیه ته وه. یه که مین شتیک نه نجامی ده دین، کاتیک دینه نه م دنیا یه وه ده گرین و هه ول ده دین هه ناسه بده ین. راستیه کانی ژیا نمان بو ده ده که ویت که تیندا خوینمان ده رژی ت، هه ست به برسیتی، ترس و ئازار ده که ین. راسته وخو هه موو راستیه کانی ژیا نمان پیکه وه پی ده ناسینریت.

نه م راستیه له قورئانی پیرو زیشدا ئاماژه ی پی دراوه کاتیک په روه ردگار ده فهرمویت: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ (البلد: ۴). واته: «مرو فمان به ریکی و دامه زراوه یی دروست کردووه، یا خود

گولجنى نه وين

دروستمان كردووه به چه شنيك كه له دونيادا تووشى چەندين  
ناره‌حتى و سه‌ختى ديت.»

به لام هاوشينووى كوره‌كه‌م كه چه‌شنى رووناكيبه‌كى دره‌وشاوهدى  
كوتايى تونيليك وابوو، په‌روه‌ردگار به‌لبنى خه‌لاتى بيه‌اوتامان  
پى ده‌دات، وه‌كو به‌ره‌مى هه‌وله‌كانمان له‌م ژيانهدا. په‌روه‌ردگار  
ده‌فه‌رمويت: ﴿يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدًّا فَلَمَّا فَتِنَاهُ فَتَنَّاهُ﴾ (الإنشقاق:  
٦)، واته: «ئهى مروف، ئيوه له دونيادا هه‌ول و تيكوشان ددكه‌ن  
به‌ره‌و په‌روه‌ردگار و هه‌ر پنى ده‌گه‌ن.»

## گرنگی نییه ت له کار و کرده وه دا



بۆ ئه و خوشخانه ی ههست ده که ن له ده شهوی کوتایی  
رده زاندا به هوی سووپی مانگانه وه له په رستش دابراون، ئه مه تان  
له یاد بیت: هینشتا ده توانیت به شدار بیت له دوو جۆر په رستشی  
گرنگدا. په یامبه ری نازدار (ﷺ) فه رموویه تی: «نزا کردن و پارانه وه  
په رستشه.» هانا بردن بۆ په روه ردگاری مه زن کرۆکی په رستشه و  
په یوه ندیه کی به هیز له گه ل خالقماندا دروست ده کات.

گرنگ نییه شوینکه وته ی کام فیه و و مه زهه ب بیت، ده توانیت  
قورئان بخوینیه وه و گوئی لی بگریت. ته نانه ت توندترین بۆچوونه کان  
ریت ده دات گوئی له قورئان بگریت و ته فسیره که ی بخوینیه وه. له  
کوتاییدا له یاد بیت، نوێژنه کردن ت له ماوه ی سووپی مانگانه دا  
خوی له خویدا په رستشه، چونکه گوێرایه لی و فه رمانبه رداری  
په روه ردگار ده که یت. کرده وه به پنی نییه ته. په روه ردگار ده زانیت و  
زانایه به وه ی له دله کاندایه و ئه و شته ی نیه ت بووه و ویستووته  
ئه نجامی بده یت، په روه ردگار پاداشتی خیرت ده داته وه، ئه گه ر نیه ت  
باش و گوێرایه لی ئه و بووبیت.

## چاوه‌کان



سهرنجم داوه خوویه‌کی مه‌ترسیدار ته‌واوی کومه‌لکه‌که‌مانی ته‌نیوه.  
چه‌ندین ثایه‌ت و فهرمووده هه‌ن، پشته‌راستی نه‌وه ده‌که‌نه‌وه دل‌که‌وره  
و پادشای جه‌سته‌یه. دل‌یکی پاک (قلب سلیم) رینمویی مرو‌ف ده‌کات  
ژیان‌یکی ئیماندارانه به‌رێ بکات و سه‌ربه‌رزی ژيانی هه‌ردوو دونیای  
ده‌کات. دلی نه‌خۆش به‌ پیچه‌وانه‌وه‌یه. مرو‌ف به‌ره‌و ژیان‌یکی خراپ و  
شیناو ئاراسته‌ ده‌کات و پرو‌ره‌شی دنیا و قیامه‌تی ده‌کات. په‌روه‌ردگار  
خوی بمان‌پاریزیت. وه‌لی له‌ ئیستادا شتیکی گرنه‌گ به‌ ته‌واوی له‌ یاد  
کراوه. بیرت بیت دل رینچه‌ و ده‌روازه‌ی هه‌یه. ته‌واو باوه‌رم وایه  
زۆربه‌ی زۆری نه‌هامه‌تی و ئازاره‌کانی نه‌م‌پرومان وه‌کو تاک، هاوسه‌ر،  
خیزان و ئومه‌تی مسولمانان، به‌هۆی فه‌رامۆش‌کردنی یه‌کێک له‌  
ده‌روازه‌ گرنه‌گه‌کانی ده‌له‌وه‌یه، که‌ چاوه‌کانه. له‌ جیهانی‌که‌دا ده‌ژین له‌ رینی  
چاوه‌کانه‌وه به‌رده‌وام تووشی وروژان ده‌بین، جا به‌ شیوه‌ی راسته‌وخو  
بیت، یاخود شاشه‌ی ته‌له‌فزیۆن و موبایله‌کانه‌وه بیت.

به‌ ته‌واوی چه‌مکی پاراستنی چاوه‌کانمان له‌ده‌ست داوه. به‌ ته‌واوی  
نه‌وه‌مان له‌ده‌ست داوه و له‌ یادمان کردووه ئاگاداری نه‌و شتانه‌ بین،  
که‌ ده‌چنه‌ ئارامگه‌ی پیروزی ناخمانه‌وه. ته‌واو ده‌رچه‌ی ناخمان بو  
هه‌موو شته‌کان ئاوه‌لا کردووه.

بهینه خیالت چی پرووده دات نه گهر به شه و پروژ دهرگای ماله کانمان به کراوه یی جیهیلین. ده زانیت چی و کی دیته ماله کانمان؟ ئاژهل، دن، پیاو کوژ و چته. ده توانیت بهینیتته پینش چاوت، چی پرووده دات نه گهر دهر وازه ی ناخت ئاوه لا بکه یت؟ له ئیستادا دله کانمان له م دوخه دان. هیچ پالوتنیک و پاسه وانیک نییه. سیاسه تی کرانه وه ی ته واره تیمان بو پیروزترین په ناگه مان په یرهو کردووه، که ئه و په ناگه یه ش دله.

بوچی هوگر بوون به وینه و قیدیو پرووته کان، بوته دیارده یه کی باو له کومه لگه که ماندا؟ بوچی ده هیلین ژیان و هاوسه رگیری و خیزانه کانمان له نیو به ریت؟ بوچی گومرایی زیادی کردووه؟ بوچی خزاوینه ته نیو هه و و ئاره زووی سینکسییه وه؟ بوچی هاوسه رگیری و ژیان و ته مه نمان به ره که ت و خوشی نه ماوه؟ بوچی هینده له خومان و ژیانمان و به خششه کانمان نارازین؟ چونکه دله کانمان ژه هراوی کردووه. ئه ویش له رینی چاوه کانه وه.

ته نانه ت نه وانه یشی که ته واه له وینه و قیدیو پرووته کاندای رونه چوون چه مکی نزم کردنه وه و داخستنی چاوه کان له ئاست که سانی نامه حره مدا به ته واهوی له نیوماندا نه ماوه.

له دونیای ئینیستاگرامدا ده ژین، که به رده وام تیندا ته ماشای وینه ی ره گه زی به رامبه ر ده که ین. ئه م دیارده یه به ته واهوی ئاسایی بوته وه، به چه شنیک که سانی هاوسه رداریش له هه مان دوخدان، به لام ئه مه ژه هره. به کورتی و پوختی به دهستی خومان دله کانمان و په یوه ندیه کانمان ژه هراوی ده که ین. دله کانمان له نیو ده به ین. له یادت بیت په روه ردگار دروستکراوه کانی خوی زور باش ده ناسیت. هوکارینک هه یه که په روه ردگار فرمان به پیاو و ئافره تان ده کات ئاگاداری چاوه کانیان بن:

﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ بَعْضُوا مِنْ أَنْصَارِهِمْ وَحَفَظُوا أَرْوَاحَهُمْ ذَلِكَ أَرْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ



يَمَا يَصْنَعُونَ ﴿٢٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ مَبَايِعِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّابِعِينَ غَيْرَ أُولِي الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِي لَمْ يَطْهَرُوا عَلَىٰ عَوْرَتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٢١﴾ (النور: ٣٠-٣١). واته: «به پياوانى ئيماندار بلى:

چاويان بپاريزن ههروهه ناموس و عورهه خويان له حهرام بپاريزن، بىگومان نهوه پاكتر و پوختره بويان، بهراستى خوا ئاگاداره بهو ههلس و كهوت و رهفتارانهى كه دهيكه (٣٠) به ئافرهتاني ئيمانداريش بلى: چاويان بپاريزن، داويى خويان بپاريزن له گوناھ و جوانى خويان دهرنهخن جگه لهوهى كه دياره با سهريوشهكانيان بدهن بهسهر سينه و ملياندا و جوانى و زينهتى خويان دهرنهخن به تهواوى بو هاوسههكانيان نهبيت، يان باوكى خويان، يان باوكى ميردهكانيان، يان كورپى خويان، يان كورپى ميردهكانيان، يان بو براكاني خويان، يان برازاكانيان، يان خوشكهزاكانيان، يان ئافرهتيك كه پهيوهنديان ههيه پىكهوه، يان نهوانهش كه كه نيزهكانيان يان نهوانهى كه له مالهكانتانداهژين و پيوستيان به ئافرهت نيه ياخود نهو مندالانهى كه هيشتا شارهزاييان له ئافرهتان نيه و نابيت ئافرهتاني ئيماندار قاچيان دهربخه و پييان بدهن به زهويدا و بزانريت كه زينهتدار و خشلدارن، كهواته ههمووتان نهى ئيمانداران بهرهو لاي خودا و بهدهستهيناني پهزامهندى نهو بگهرينهوه بو نهوهى پرزگار و سهرفرازبن.»

هوكاريك ههيه كه پهروهردگار ئاگادارى كردووينهتهوه، نهك تهنها بهوهى له زينا و داوينپيسى دوور بگهوينهوه، بهلكوو نابيت نزىكيشى بگهوينهوه. ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الرِّقَّةَ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا﴾ (الإسراء: ٢٢).

واته: «هرگیز نه کهن توخنی زینا بکهون و لینی نزیک بینهوه، چونکه نهوه بهراستی گوناوه و تاوان و ههله و پینچکهیهکی زور ناقلایه.»

کاتیک کچه م منال بوو، تووشی نهخووشی بوو و پینویستی به درماني دژه بهکتریا بوو، بهلام رهتی کردهوه درمانهکانی بهکار بهینیت. ناچار بووم زوری لی بکه م و به زور درمانهکانی پی بدهم، وهلی رینگایهکی دهوزیهوه تاکو له قورگی دهری بهینیتیهوه. پاشان تووشی تا هات. زور ئازاری هه بوو، وهلی به هه موو شینویهک رهتی ده کردهوه نهوه درمانه بهکار بهینیت که چاره سهری ئازارهکی دهکرد. تنها کچه کهم نییه که بهم شینویه بیت. له م دوا بیه دا له بارهی بابه تیکی ههستیارهوه نووسیم، که زور گرنگه لام. باسم له نهوه ئافره تانه کرد، که رهتی ده که نهوه په یوهندییه شیواو و خراپه کانیاں جیبهیلن، بهلام باسم له و هوکارانه نه کرد که بۆچی نه مه پرووده دات، چونکه بابه تیکی زور قبول و ورده.

سالی رابردوو ده بوو کاریک نه انجام بدهم که به لامه وه سهخت و نارهحت بوو. چاوم به ئافره تیک کهوت پینی وتم، میرده کهی سالیک، یاخود دوو سال ده بیت ئافره تیکی له شفروشی به کری گرتووه. پیی وتم میرده کهی له کوتایدا په یوهندی له گهل نهوه ئافره ته له شفروشه دا بهستووه و ماوهی سالیک ده بیت په یوهندییه کی بهرده وامیان پیکه وه ههیه. نه م ئافره ته نهک نه وهی هیشتا له میرده کهی جیا نه بوو بوویه وه، بهلکوو له ژیر هه مان سه قفدا و له یهک خانوودا پیکه وه ده ژیان.

نه م ئافره ته ته واو ماندوو و شه کهت ببوو و له ئازارینکی زوردا بوو، وهلی رهتی ده کردهوه درمانه که بهکار بهینیت. درمانه که خرابوویه نیو قورگیه وه، بهلام ده ریکرده وه و تفانیه وه. بۆچی نه م کارهی کرد؟ به زهقی ته ماشایه کی نیوچاوانیم کرد، تاکو دلنیا بم له وهی به ته واوی گو بیستمه. به توندی پیموت: «نهوه پیاوه په روه ردگار و خاوه نی تو

## گولجنى نه وين

سپه. « ده زانم ئەم قسە يەم تەواو کارى تى کرد، چونکه راستەوخو دەستى کرد بە گريان.

زور شتم نووسيوه و وتوو له باره‌ى وابەسته‌بوون و هوگر بوونى ناته‌ندروست و هه‌له‌وه، به‌لام زور يکمان له هوگر بوونى ناته‌ندروست تيناگه‌ين. ئەزموونى ئەم ئافره‌ته، نمونه‌يه‌کى کردارى هوگر بوونى ناته‌ندروسته، به‌لام به‌ دلنياه‌يه‌وه ئەم هوگر بوونه ناته‌ندروسته رووپوش کراوه به‌ چەند به‌ هانه‌يه‌کى وه‌کو، «خوشه‌ويستى» «له‌ پيناوى مندا له‌ کان»، «دلسوزى و به‌ وه‌ فابوون»، «سه‌بر و ئارامگرتن» و «قوربانيدان». به‌ کورتى و پووختى ئەم هوگر بوونه جور يکە له‌ په‌رستن.

به‌م شيوه‌يه‌ ده‌بىت کاتىک شتىک (ميرده‌که‌ت) دىنىت و ده‌بخه‌يته به‌ شىکى دله‌وه، که‌ ته‌نها و ته‌نها شوينى په‌روه‌ردگارتە. له‌ ئەنجامدا ده‌بىته‌ کۆيله‌ و به‌نده‌.

تکايه‌ سه‌رنج له‌ وته‌کانم بده: هه‌چ کات ناتوانيت به‌و شکو و ريزه‌وه به‌فتار بکه‌يت که‌ شايسته‌ته، تاكو ئەو کاته‌ى مروفىک بپه‌رستيت له‌برى په‌روه‌ردگارت. هه‌موو کات بيز يزيت پى ده‌کريت و نزم ده‌بىته‌وه، چونکه‌ ئەوه‌ ده‌رئه‌نجامى جور يکە له‌ جوهره‌کانى هاوبه‌شيدانان بو په‌روه‌ردگار. هاوبه‌شيدانان نزم و لاوازمان ده‌کات و له‌ ناخه‌وه له‌ ناومان ده‌بات. بو ئەو ئافره‌ته‌م بوون کرده‌وه به‌هوى هوگر بوونى ناته‌ندروستى ميرده‌که‌يه‌وه، وه‌کو ئەوه‌يه‌ زنجير يکى خست بىته‌ مى خويه‌وه و پاشان زنجيره‌که‌ى به‌ ئوتومبىلى ميرده‌که‌يه‌وه توند کرد بىت. ميرده‌که‌ى بو هه‌رکوى بروت، ئەو به‌دواى خويدا راده‌کيشيت. ته‌نها رىنگه‌ بو ده‌ربازکردنى خوى برىت ييه‌ له‌ شکاندن و پچراندنى ئەو زنجيره‌. ته‌نها رىنگه‌ بو چاکبوونه‌وه، برىت ييه‌ له‌ قوتدانى ئەو ده‌رمانه‌ى خراوه‌ته‌ نيو قورگيه‌وه.

## په گه زپه رستی



ئايدۆلۆژىيى پەگە زپە رستى سەرەتا لە لاىەن شەيتانەو سەرى  
هەلدا. قورئانى پىرۆز دەفەر مويىت: ﴿قَالَ مَا مَنَّكَ إِلَّا تَسْجُدُ إِذْ أَمَرْتُكَ قَالَ أَنَا خَيْرٌ  
مِّنْهُ خَلَقْنِي مِن نَّارٍ وَخَلَقْتَهُ مِن طِينٍ﴾ (١٣) ﴿(الأعراف: ١٢)، واتە: «پەروەردگار  
بە شەيتانى فەرموو: چى رىگرى لى کردیت سوچدە بۆ ئادەم  
ببەیت؟ شەيتان وتى: من باشتەر و لەپىشتەرم لەو، منت لە ئاگر  
دروست کردوو و ئەويشت لە خۆل دروست کردوو.»

بنچینەى ياخيپوونەكەى شەيتان بریتى بوو لە لووتبەرزى و پلە  
و پایە. هەلسەنگاندنى مەرفەئىكى تر بوو بە پىشتەستن بە پىوهرىك  
كە هیچ پەيوەندى بە باشى پەفتار و كەسايەتییەو نەبوو.

كاتىك تەواوى سیستەمىك لەسەر ئەم بنچینەى پىكدیت،  
لەناوچوونىكى كوشندە پرووى تىدەكات. بۆ تىگەشتن لە پالنهەرى  
تاكەكەسى، ياخود كۆمەلگەيەك، پىويستە تەماشای بنچینەكەى  
بكەين. ئەوان چى شتىك پىرۆز و بەرز پادەگرن؟ چى شتىك  
دەپەرستن؟

كۆمەلگەيەك لەسەر پارە و هیزپەرستى بنیات نرايىت،  
كۆمەلگەيەكى تەواو نادادپەرەوەر دەبىت. ئەم نادادپەرەريیەش  
زۆر شیو و پەنگ لەخۆ دەگریت. پەگە زپە رستى دامەزراوہیى

## گولچنی نهوین

یهکیکه له ناشیرینترین و بیزاروترین جوړهکانی. سیسته‌میک له‌سه‌ر چه‌وساندنه‌وهی هه‌زاران بنیات نرابیت بو ئه‌وهی ده‌وله‌مهنده‌کان ده‌وله‌مهنده‌تر بکات، له کوټاییدا له ناوه‌وه داده‌خوریت و له‌ناو ده‌چیت.

قورئانی پیروژ ئاماژه به‌م راستییه ده‌کات و ده‌فه‌رموینت: ﴿وَادَّٰرَ ۤاٰلِ ۤاٰدَمَ ۙ اَنْ هٰۤیْکَ قَرْیَةٍ اَمَرْنَا مُتَرَفِّعِيْهَا فَفَسَقُوْا فِيْهَا فَحَقَّ عَلَیْهَا لَقَوْلٌ وَّدَمَرْنٰهَا نَدْمًا ۙ آِذَا هِيَ کَاٰۤیَۃٌ لِّلَّذِیۡنَ یُذٰکِرُوْنَ﴾ (الإسراء: ۱۶)، واته: «ئه‌گه‌ر بمانه‌ویت شاریک، یاخود دئییه‌ک له‌ناو بیهین، ده‌یانکه‌ین به‌ ده‌سه‌لاتدار و ئه‌وانیش خراپه‌ ده‌که‌ن، پاشان ئیمه‌یش له‌ناویان ده‌به‌ین.»

## له پیناو زیږدا نه لاسه که ت له ده ست مه ده



په وروږدگار له قورناني پيروزدا ناموزگاري نيمانداران دهکات و ده فرمويت: «نغوا به وانشقز نفس ما قدمت نعم» (الحشر: ۱۸).  
واته: «له په وروږدگار بترسن و بزائن چيتان ناماده کردووه بو سبه يني، که روژي قيامته.»

په وروږدگار ناگادارمان دهکاته وه له وهی هوشيار بين له باره ی نه وهی چی ناماده بکه ين بو داهاتوومان. له م دوايه دا هاوسه ره که م باسي پياويکی بو کردم که ده يناسی و تازه هاتوو بو به ريتانيا. نه م پياوه ته وای ژياني خوی له که ران به وای خویندن و پيشه که يدا به سر برد. له کاتيکدا ته رکيزی خستبوويه سر شتانيک و منداله کانی فراموش کردبوو. هستی به گرفتیکي گوره کرد و وتی هاتووه بو به ريتانيا و ته رکيزی له سر به ده سته ينان و کوکردنه وهی پاره بووه. وهلی منداله کانی له ده ست داوه. بويه وته يکی زور به پيزی له زار هاته ده ر: «هاتم بو نيره تاکو زير به ده ست به ينم، وهلی نه لاسه کانم له ده ست دا.» نه وهی وای کردووه نه م وته يه زور پرمانا و به پيز بيت، نه وهی له م سرده مه دا نه م حالته به سر زوريکماندا هاتووه. له م ژيانه دا شويني زور شت ده که وين که هندیکیان شتانيکی حالن، (پيشه يکی باش، سه روه ت و سامان، پوست و



پله)، ئیمه ئهم شتانه مان دهویت بو خومان و منداله کانمان. ده بیت  
 ئاگادار بین، چونکه هه ندیک جار له م کیبرکی و هه له کردنه ماندا  
 شتانیکی زور به نرختر و به هادارتر له دهست ده دهین. دل و روحی  
 منداله کانمان له دهست ده دهین. ئه وهش به کیکه له ترسناکترین و  
 خراپترین شته کان، چونکه له کوتاییدا هه مووان ده چنه نیو گوری  
 خویانه وه. گرنگ نییه بیروباوه رت چی بیت (مه سیحی، جووله که،  
 مسولمان، یاخود بیناوه ر). ناتوانیت نکولی له م راستیه بکه ییت.  
 کاتیک ده چینه نیو گوره وه، هه موو ئه و شتانه ی شوینی که وتووین  
 (سه روه ت و سامان، پۆست و پله، پیشه و بروانامه)، به جیمان  
 دین و له که لماندا نایه نه گوره که وه. له راستیدا ئه و پیاو دی باسم  
 کرد، چه ندین بروانامه ی هه بوو و بروانامه ی دکتورایشی به دهست  
 هینابوو، هه ر بویه وتی: «شوینی به دهسته هینانی زیر که وتم، وه لی  
 ئه لماسه به هاداره کانی خۆم له دهست دا.»

ته نها سنی شت هه ن له که لتدا دینه نیو گوره وه و هاوه لیت ده که ن.  
 به کیک له و سنی شته بریتیه له مندالی سالح و چاکه کار، که نزات  
 بو ده که ن. راسته له دونیادا جینی دیلیت، به لام هه ر چاکه به ک  
 ئه نجامی ده دات و نزایه ک بۆتی ده کات، ده بیته هاوده مت، ته نانه ت  
 دوا ی مردنیشت. دووه میان بریتیه له چاکه به کی هه میشه یی (صدقه  
 جاریه)، پرۆژه و کار و چاکه به ک به به رده وامی سوود به که سانی  
 تر ده به خشیت، ته نانه ت دوا ی مردنیشت. ده چیه نیو گوره که ته وه،  
 وه لی به رده وام چاکه و خیر بو تای ته رازووی چاکه ت زیاد ده بیت  
 به هوی ئه و پرۆژه و کاره خیرخوازییه ی له دوا ی خوت به جیت  
 هیشتووه و سوود به خه لکی ده که یه نیت. سینه میان بریتیه له زانست  
 و زانیارییه کی سوود به خش که به خشیوته به که سانی دی، که سانی  
 دیت فیر کردووه و به رده وام سوود به که سانی دی ده که یه نیت،

ته نانهت دواى چوونه گوره که ته وه. بۆ ساتیک بیر بکه ره وه له وه به رهینانیک، ئهم سى شته له خو بگریت، بریتیه له وه به رهینان له خویندنگه یه کی ئیسلامیدا. وه به رهینان له پهروه رد کردنی مندالدا. نه گهر به شیوه یه کی پیشه یی لئی پروانیت، ده ته ویت قازانجه که ت زیاد بکه یت. بیر له هه ول و ماندوو بوونه که ت بکه ره وه و بزانه چون ده توانیت ده سکه وت و قازانجه که ی زیاد بکه یت. ئهم کاره له ریگای کردنه وه و خزمه تکردن له ریگای خویندنگایه کی ئیسلامی و پهروه رد کردنی مندالدا ده بیئت به شیوه یه کی باش و دروست. پاشان پهروه ردگار به رده وام ده بیئت و ده فه رمو یت: ﴿وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ سَأَأَ اللَّهُ فَأَنْسَهُمْ أَنْفُسَهُمْ﴾ (الحشر: ۱۹).

واته: «له و که سانه مه بن پهروه ردگاریان له یاد کرد و پاشان پهروه ردگار وای لئ کردن خویشیان له یاد بکه ن.»  
 فه رمایشتیکی پر مانا و قووله. کاتیک پهروه ردگار چیدی به شینک نابیت له ژیانمان له یادی ده که ین، نه که ئه وه ی پهروه ردگار له یاد ده که ین، به لکو و له ئه نجامدا خویشمان له یاد ده که ین. ئامانج و مه به ستی ئیمه له م ژیا نه دا چیه؟ پهروه ردگار ده فه رمو یت: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ (الذاریات: ۵۶)، واته: «جن و مروم دروست نه کردوه، ئیلا بۆ په رستش نه بیئت.» بۆیه باس له وه ده که م، چونکه وشه ی (عبودیه)، ته نها نو یژ و نزا ناگریته وه، به لکو و هه مو و ئه و کرده وه و چاکانه ده گریته وه، له پیناو په زامه ندی پهروه ردگارا ئه نجامیان ده ده ین، وه کو خزمه تکردن له پیناو پهروه ردگارا، دانانی پهروه ردگار به بنچینه ی ژیانمان، بوونه هاوسه ریکی باش. کاتیک له و ریگه یه لاده ده ین و پهروه ردگار له یاد ده که ین، تووشی ونبوون دیین. ئیمه ی دایکان و باوکان به رپرسین له منداله کانمان، ههروهک پهروه ردگار ده فه رمو یت له پوژی دوایدا هه مووان پرسیاریان لئ

دەكرىت لە بارەى ئەمانەتەكانىانەو. پەرورەردگار چەندىن شتى بە ئەمانەت پى بەخشيويىن، يەكئىك لەو شتانه برىتئىيە لە مندالەكانمان. پەرورەردگار لىمان دەپرسىت چىمان كردوو. لە مندالەكانمان و چون مافەكانىانمان پى داو. لە ڤووى پەرورەردەكردنىكى ئىسلاميانەو. ئەو شتىكى ئارەزوومەندانە نىيە، بەلكو شتىكى ئىجبارىيە. ئەگەر بەهوى فريوخواردنى دونىايىيەو. لەم كارەدا كەمتەرخەمىمان كرد، پەرورەردگار لىمان دەپرسىتەو. بۆچى بە شىنەيهكى دروست و باش مندالەكانمان پەرورەردە نەكردوو؟ لە كاتىكدا مافى خويانە و لەسەر ئىمە پىويستە بۆيان دابىن بكەين.

## رېځگای نهښنی بهر و به خته وهری



همیشه پیمان و تراوه یارمه تی کهسانی دی بدهن، چونکه پیوستیان پیمان، و هلی من دهمه ویت بلیم یارمه تی کهسانی دی بدهن، چونکه پیوستیان پیمان. ده زانم سهیر و نامو دیاره، بو نمونه کهسانیک هه له سوریا پیوستیان به خواردن و خوار دنه وه و پاراستنه، چونکه له ژیر هیرش و گرفتدان، نیمه ش لیږه سه لامه ت و تهنروس تین و هموو پیداو یستییه کانمان له بهرده ستدایه، و هلی ده لیم نیمه پیوستمان به وانه. دهمه ویت بلیم کاتیک یارمه تی که سیک دده دیت، له راستیدا یارمه تی خوت دده دیت. په نگه سهیر دهر که ویت و ههر گیز بیرت له وه نه کرد بیته وه، و هلی نه وه راستییه. دهمه ویت به دوو شینواز نه مه تان بو پروون بکه مه وه:

### یه کهم: له روانگهی دهر وونناسی عهلمانییه وه:

شه پولنکی نویی دهر وونناسی هیه، پیی ده و تریت: «دهر وونناسی نه رینی». نه م شه پوله نوییه تیشک ده خاته سهیر نه وهی؛ چون یارمه تی کهسانی دی بدهین؟ چون یارمه تیدانی کهسانی دی کاریگه ری ده بیت له سهیر تهنروستی و به خته وهرییمان؟ چون ژیاننکی باشتربژین؟

### چونیه تی زیادکردنی بهخته وهری:

بهخته وهری هه‌میشه به‌وه پیناسه کراوه نه‌گه‌ر چەند نامانجیکی دیاریکراو وه‌کو خانوو، پیشه‌ی باش، ئوتومبیلی باش... هتد به‌ده‌ست بهینم، ئە‌وا به‌خته‌وه‌رم. تو‌یژینه‌وه‌کان ده‌ریانخستوو‌ه که نه‌وه‌ی مروف نامانجیتی له‌ خانوو و سه‌روه‌ت و سامان، ته‌نها به‌خته‌وه‌ریه‌کی کاتی به‌ خاوه‌نه‌که‌ی ده‌به‌خشن. چەند ئاستیکی به‌خته‌وه‌ری هه‌یه بو مروف. کاتیک رووداو‌یک له‌ ژیا‌نتدا رووده‌دات، که زور ئا‌واته‌خوازی بو‌ویت، ئە‌وکات به‌خته‌وه‌ریه‌کی کاتی هه‌ست پی ده‌که‌یت. که‌واته چی شتیک هه‌یه بتوانیت به‌خته‌وه‌ری هه‌میشه‌یی له‌ ژیا‌نی مرو‌ڤدا دروست بکات؟ یه‌ک‌یک له‌ سه‌ره‌ک‌ترین و گرنگ‌ترین ئە‌و شتانه‌ی به‌ شیوه‌یه‌کی گشتی به‌خته‌وه‌ریت زیاد ده‌که‌ن، بریتییه له‌ خزمه‌ت‌کردن و یارمه‌تیدان و به‌خشین به‌ که‌سانی دی. واته‌ که‌س‌یکی به‌خشنده‌ بیت و هاوکاری که‌سانی نه‌دار و پی‌ویست بکه‌یت. بو‌ نمونه‌ کاری خ‌وبه‌خشی چاره‌سه‌ریکی زور باشه‌ بو‌ ئە‌و که‌سانه‌ی که‌ ئە‌نجامی ده‌دن. زور که‌س پیت ده‌ل‌یت پاره‌ ناب‌یته‌ ه‌وی به‌خته‌وه‌ری. له‌ راستیدا ئە‌م وته‌یه راست نییه. پاره‌ ده‌ب‌یته‌ ه‌وی به‌خته‌وه‌ری. به‌لی، پاره‌ ده‌ب‌یته‌ مایه‌ی به‌خته‌وه‌ری، کاتیک له‌ که‌سانی د‌یدا خ‌ه‌رج ده‌کر‌یت و به‌کار ده‌ه‌ین‌ریت. تو‌یژینه‌وه‌کان ده‌ریانخستوو‌ه ئە‌وانه‌ی پاره‌یان له‌ که‌سانی د‌یدا خ‌ه‌رج کردوو‌ه له‌ راستیدا به‌خته‌وه‌ر بو‌ون، به‌لام به‌خته‌وه‌ر نه‌بو‌ون کاتیک پاره‌کانیان له‌ خ‌ویاندا خ‌ه‌رج کردوو‌ه. ئایا شت‌یکی سه‌رنج‌راک‌یش نییه؟ که‌واته‌ کاتیک من پاره‌م هه‌یه و له‌ خ‌ومدا خ‌ه‌رجی ده‌که‌م، ناب‌یته‌ ه‌وی به‌خته‌وه‌ری و زیاد‌کردنی به‌خته‌وه‌ریم، به‌لام نه‌گه‌ر له‌ که‌سانی نه‌دار و پی‌ویستدا خ‌ه‌رجی بکه‌م، ده‌ب‌یته‌ مایه‌ی به‌خته‌وه‌ریم. ته‌نانه‌ت به‌ کر‌ینی شت‌یک، یاخ‌ود خ‌ه‌لات‌یک بو‌ که‌س‌یک و بیر‌کردنه‌وه له‌و ساته، ده‌ب‌یته‌ مایه‌ی به‌خته‌وه‌ری و دلخ‌وش‌یت.

شتىك لە ناخى مۇڧدا ھەيە كە فىترەتە و دىزايىنىكى ئىلاھىيە كاتىك بە كەسىك دەبەخشم، ھەست بە ئاسوودەيى و بەختەوهرى دەكەم. شتىكى قوولتر و گرنگتر ھەيە دەمەوئىت باسى لىۋە بكەم. تەنانت دەروونناسىي ەلمانىش كاريگەرييە بەھىز و گەورەكەي يارمەتيدان و خزمەتكردن و بەخشىن بە كەسانى دى خستۋتە پرو. واتا فىترەتى ھاوكارىكردى يەكتر لە ناخماندايە و پەروەردگاريش دەيەوئىت مۇڧقەكان ھاوكارى يەكتر بن و راستەوخۇ پاداشتەكەيمان دەداتەو، بى ئەوھى چاۋەپىي پۇژى دوايى بىن، كە برىتييە لە بەختەوهرى و ئاسوودەيى ناخى مۇڧ. ئەمەش بۇ ھەموو كەسىك ھاوشىۋەيە، جا باۋەپداربىت، ياخود بىياۋەپ كاتىك ھاوكارى كەسانى دى دەكات. مۇڧ بەو چەشنە لە لايەن پەروەردگارەو دەروست كراۋە. ئەو تەكە پىگايە بۇ زيادكردى بنچىنەي بەختەوهرىت. ھىچ شتىكى دى ئەو چەشنە بەختەوهرىيە ناخولقنىت، جا بىردنەوھى يانسىب بىت، ياخود بەرزبۋونەوھى پلە و پۇست.

ھەروھە تۋىژىنەوھەكان دەريانخستۋە سوپاسگوزاربۋونى بەردەوام بۇ ئەو شتانەي ھەتە و نىتە، دەبىتە مايەي زيادبۋونى بەختەوھى مۇڧقەكان. چارەسەرىكى باشى خەمۇكىيە. سوپاسگوزارى بەردەوام چارەسەرىكى باش بوۋە بۇ ئەو نەخۇشانەي تۋوشى خەمۇكى ھاتۋون. ھەروھە ئەگەر كەسىك لە گرفت و نارەحەتتەي سەختا بىت، بە يارمەتيدانى كەسانى دى كە لە گرفت و نارەحەتيدان ھەست بە باشى و ئاسوودەيى دەكەن. ئەمانە ھەمووى ھۆكارى دەروونىن، كە پرونى دەكەنەو چۈن خزمەتكردن و يارمەتيدانى كەسانى دى، برىتييە لە يارمەتيدانى خۇم پىش ھەموو شتىك.



### دوۋەم: لە روانگەى ئىسلامىيەت:

با بزانی قورئانى پىروز و فرمايشتهكانى پەيامبەر موخەممەد(ﷺ) چۆن باس لە گرنگى و سوودەكانى خزمەتکردن و هاوكارى كەسانى دى دەكەن. لە ئايىنى ئىسلامدا زۆر جەخت لەسەر يارمەتيدانى كەسانى دى و پاداشتهكەى كراوەتەو. چون مامەلە لەگەل دروستكراوەكانى ديدا بكەم، پەروەردگار بەو چەشنە مامەلەم لەگەلدا دەكاتەو، جا مەرووف بىت، ياخود ئاژەل. گوڤىستى ئەو بووين كە كەسنىك پاداشت دراوەتەو بەوەى لەگەل ئاژەلانددا باش بوو، لە كاتىكدا كەسنىكى دى سزا دراو بەهوى خراپوونى بۆ ئاژەلان. ئەمەش تىگەيشتنىكى قوول و فراوانە. كاتىك دەزانم چۆن مامەلە لەگەل خەلكىدا بكەم، پەروەردگارىش بەو چەشنە مامەلەم لەگەلدا دەكات، چاكبوونم بەرامبەر كەسانى دى لە راستىدا چاكبوونە بەرامبەر خۆم، ئەمەش ئاستىكى بەرزترە. باس لەو ناكەين كە خەلكى پىت دەبەخشن، وەلى باس لەو دەكەين كە پەروەردگارت پىتى دەبەخشىت. كاتىك چاوهرى پاداشتى ئىلاهى دەبىت، چىدى چاوهرى ئەو ناكەيت مەرووفەكان پاداشتى چاكەكەت بدەنەو، بۆ نمونە لە كۆمپانىيەكدا كار دەكەيت، تۆ هەلسوكەوت و مامەلە لەگەل كرىاراندا دەكەيت، وەلى ئەو كرىاران نىن كە مووچەكەت دەدەنى، كەواتە چۆن رەفتار لەگەل كرىاراندا دەكەيت، تەنانەت ئەگەر ئەوان خراپىش بن؟ پىويستە هەمىشە بە باشترىن شىو رەفتارىان لەگەلدا بكەيت، نەك لەبەر ئەوەى كرىاران مووچەكەت دەدەنى، بەلكو لەبەر ئەوەى خاوەن و بەرىووبەرى كۆمپانىياكە مووچەت دەداتى و بۆ ئەوەى لە كارەكەت دەرنەكرىت. دەزانىت چۆن لەگەل كرىاراندا رەفتار بكەيت كاريگەرى دەبىت لەسەر پىشەكەت

و مووچه كېت. بهم چەشنەش پتوېسته به باشى رەفتار لەگەل دروستكراوه كاندا بكەين، چونكە پەروەردگار پاداشتمان دەداتەو. چەنيك پاره به كەسانى نەدار و هەژار بېهخشيت، لەو دونيادا به چەندين قات پاداشتى وەر دەرگريتهو. چەشنى وەبەرهيئان وايە. ئايا وەبەرهيئان ماناي لە دەستدانی پاره يە؟ نەخير، بەلكوو زيادکردنى برى پاره كەيە. ئەگەر مندالێكى پينج سالان ۲۰ دۆلارى پييت و بليم پاره كەت بخەرە وەبەرهيئانەو، هەست دەكات پاره كەي لە دەست دەدات، چونكە ئاستى تىگەيشتنى كەمە. هەنديكمان هەمان بيركردنەو. ئەو مندالە پينج سالانەمان هەيە، وا دەزانين ئەگەر پاره كەمان لە پيناو پەروەردگاردا خەرج بكەين، پاره كەمان لە دەست دەدەين. بۆيە بەخشينمان لە لا سەخت و دژوارە. كەس نايەويت پاره لە دەست بدات. لە راستيدا ئەو بەكارهيئانى پاره كەمانە لە وەبەرهيئاندا. كاتيك پەيامبەر (ﷺ) لە دەرەو بوو و دايكە عائيشە مەريكى كرده خير. پاشان پەيامبەر (ﷺ) گەرايەو مالهو و عائيشە پيى فەرموو، هەموو گوشتەكەم بەخشييهو، تەنها ئەو بەشەي نەبيت كە ئارەزووى دەكەيت. پەيامبەر (ﷺ) پيى فەرموو، لە راستيدا تەنها ئەوانەمان پاراستوو كە بەخشيوتە و ئەو بەشەي نەتبەخشيوه لە دەستمان داو.

ئايا كەس دەتوانيت پاره كەي لەگەل خويدا ببات بو نيو گور؟ دەزانم زۆريكتان دەلين نەخير، وەلى وەلامەكتان هەلەيە. دەتوانيت پاره كەت لەگەل خوتدا بېهيتە نيو گورەو، ئەويش لە ريگاي خەرجكردن و بەكارهيئانى لە خيرىكى نەبراوهدا (صدقة جارية).

## پینج هه‌له‌ی خیزانی



به گشتی بروام وایه پینج هه‌له‌ی خیزانی هه‌ن که له هه‌موو جیهاندا ئیمه‌ی موسلمان و ئومه‌تی ئیسلامی له نیو خیزانه‌کانماندا نه‌جامیان ده‌ده‌ین. هه‌له و کیشه‌کانمان چین؟ به‌پیی ئاخاوتن و گفتوگوکانم له‌گه‌ل خه‌لکی له سهرانسهری جیهاندا و تبیینکردن و مامه‌له‌کانم له‌گه‌ل کومه‌لگادا، ئهم چهند هه‌له‌یه‌م به‌رچاو که‌وتوو و به‌پیی پله‌ی باوی و گرنگیان ئاماژه‌یان پی ده‌ده‌ین:

**یه‌که‌م/ دانانی سه‌نتهر و ناوه‌ندیکی هه‌له‌ له‌نیو خیزانه‌کانمان و په‌یوه‌ندییه‌کانماندا:**

زۆریک له ئیمه که‌سیک یاخود شتیکی دی جگه له په‌روه‌ردگار ده‌که‌ینه سه‌نتهر و ناوه‌ندی په‌یوه‌ندییه‌کانمان و خیزانه‌کانمان. ته‌نانه‌ت ئیمه‌ی موسلمانانی پابه‌ند به‌ ئایین هه‌مان هه‌له‌ دووپات ده‌که‌ینه‌وه، هه‌له‌یه‌کی کوشنده و ترسناکه. هه‌رچه‌نده به هه‌له‌یه‌کی بچووک و ورد و لاوه‌کی ده‌رده‌که‌ویت، وه‌لی که‌لینک شیوینه‌ر و له‌ناوبه‌ره. زۆرجار ئیمه به‌تایبه‌ت دایکان مندا‌له‌کانمان ده‌که‌ینه سه‌نتهر و ناوه‌ندی ژیانمان. به گشتی پیمان و تراوه به‌و شیوازه ده‌توانین ببینه دایکیکی باش و نموونه‌یی. ئیمه‌ی دایکان زۆرجار

مندالہ کانمان و بہ تايبت کورہ کانمان دہکەينہ سەنتەر و تەوافيان بەدەرودا دہکەين. واتا چیدی پەرورەدگار لە ناوەند و سەنتەری ژيانماندا نابیت، ئەمەش تا رادەيەک ھەستپێنەکراو و بچووک دەر دہکەویت، چونکە کەسمان نالین کورہ کەمان لەبری پەرورەدگار دەر پەرستین. مانای چيیە کاتیک کە سیک یاخود شتیکی دیکە جگە لە پەرورەدگار دہکەينہ سەنتەر و ناوەندی ژيانمان؟ ئەو ھەلەيە ئەنجامی دەر دہین بریتیيە لە نەبوونی ھاوسەنگی لە پەرورەدەکردن و گەرەکردنی مندالہ کانمان. بہ تايبت بەھوی ئەو ھەست و خوشەويستیيە دایکان بۆ مندالہ کانیان ھەیانە، شتیکی ئاسایی و سانایە کە دایکان مندالہ کانیان بکەنە سەنتەر و ناوەندی ژيانیان و تەوافيان بەدەرودا بکەن. دایکان ھان دەرین بەو چەشنە رەفتار بکەن. کۆمەلگا و کولتور دەيسەپێنیتە سەر ئافرەتان کە تەنھا لە پیناو مندالہ کانیان بہ تايبت کورہ کانیان بژین، بخۆن، بخەون و ھەلسن. چاوەروان دەرکرت ھەموو شتەکانی دیکە فەرامۆش بکەن و ھەلای بنین. بە چەشنیک زۆرجار پۆل و ئەرکی ھاوسەریتی خۆیان فەرامۆش دہکەن. ئەو ئافرەتانەي تازە چوونەتە نیو پرۆسەي ھاوسەرگيريیەو، ھاوسەرەکانیان دہکەنە سەنتەری ژيان و بوونیان تاکو ئەو ساتەي مندالیک دیتە ژيانیانەو، پاشان مندالە کە دہبیتە سەنتەری ژيانیان و ھەق و مافی ھاوسەرەکانیان لەیاد دہکەن. گرفت و ھەلەکانی ئەم ھالەتە بریتین لە:

۱. پێویستە تەنھا پەرورەدگار سەنتەر و ناوەندی ژيانمان بیت. نابیت ژيانمان وابەستە و دلبەستی ھیچ کەس و شتیک بکەین، جگە لە زاتی پەرورەدگار.

۲. کەسیکی خۆپەرست و خۆويست پەرورەدە دہکەين. واتا بەو شیوہیە مندالیک پەرورەدە دہکەين کە وا بێردەکاتەو و چاوەروان

دەكات ھەموو جىھان بە دەوریدا بخولینەو ە و خزمەتى بکەن. چونکە دایكى بەو چەشنە پەرورەردەى کردوو ە. وابیردەکاتەو ە خور تەنھا لە پیناوی ئەودا و بو خاترى ئەو ەلدیت. ئەمەش یەکیکە لە نەخوشییەکانى دل و نەخوشیى دەرونى و روحى تەشەنە پى دەکات. ۳. چیدی سەرکردهیەکی بەهیز پەرورەردە ناکەین کاتیک مندالەکانمان فیرى ھەلگرتنى بەرپرسیاریتى ناکەین و ھەموو شتیکیان بو ئەنجام دەدەین. تەنانت ناتوانن جینی نوستەکەى خویان ریکبەن، چونکە سەرقال و مژۆلى یارى فیدویین. ئیمە بە ھەلە ئەو جۆرە پەرورەردەکردنە ناودەبەین بە خوشەویستى. ھەموو کاریکیان بو دەکەین، چونکە خوشمان دەوین و بەو چەشنە خوشەویستى خومان دەردەبرین. ئەمە زیانیان پى دەگەینەنت، چونکە کەسینکی تیکشکاویان لی دەردەچیت و فیرى ھەلگرتنى بەرپرسیاریتى نابن. ئەو مندالە دەبوو گەورەبیت و ببیتە سەرکرده و پینشەوا. ھەرگیز فیرى ھەلگرتنى بەرپرسیاریتى نەبوو ە، ھەموو کارەکانى بو ئەنجام دراو ە و تاکە بەرپرسیاریتى ئەو بریتی بوو ە لە بردنەو ەى یارییە فیدوییەکان. ئەمە کارەساتیکى گەورەیه کە ئیمەى دایکان و باوکان درک ناکەین بەو ەى بەشدار و بەرپرستین لە خولقاندنى ئەم کارەساتەدا. بەم شیو ە تەنھا زیان بە مندالەکانمان ناگەینەنین، بەلکو کۆمەلگاش تووشى گرفت و ئیفلجى دەبیت، چونکە ئەم سەرکردانەى داھاتوو فیرى ھەلگرتنى بەرپرسیاریتى ناکەین تاکو ببە کەسانى گەورە و پینگەیشتوو. دواتر گرفت و کارەساتى گەورەتر دروست دەکات. لە ئیستادا گرفت و قەیرانى ھاوسەرگیرى سەرپھەلداو ە. چەندین ئافرەتى سەلت و زگورت ھەن ناتوانن ھاوسەریکی گونجاو و شیاو بدۆزنەو ە، چونکە زورجار کوران نایانەو یت ھاوسەرگیرى بکەن، بەو ەى چەند ھۆکاریکی جیا جیاو ە. سەرەکیترین ھۆکار بریتی ە لەو ەى کورانمان فیرنەکراون و ئامادەنەکراون بەرپرسیاریتى ھەلگرن.

### دووهم/ بوونی بنچینه و بناغی ههله له نیتو خیزانه کانمادا:

زورجار منداله کانمان دهکینه بناغه و بنچینه ی پیکهاته ی خیزانه کانمان. نابیت مندال بناغه و بنچینه ی خیزان بیت، به لکو ده بیت هاوسه ریتی بیت. واتا په یوه ندی نیوان ژن و میرد بریتی بیت له وه به رهینان و له پیشتر دابنریت. ئه مه ده بیته هوی پته وی و به هیزی خیزان. به داخه وه زورجار په یوه ندی نیوان ژن و میرد ده بیته شتیکی بینایه خ و فه راموشکراو. ته نها بایه خ به وه ده دهین بزانی منداله کانمان پیوستیان به چیه تاکو بویان دابین بکهین. دوا ی تینه رینی چهند سالیک، په یوه ندی نیوان ژن و میرد ده بیته په یوه ندیه کی ساده و بو یه کتری ده بنه دوو که سی نامو و غه ریه. ته نها رولی دایک و باوکیک ده بینن له ژیر سه قفینکا پیکه وه ده ژین. په یوه ندیه که یان چیدی وه به رهین نابیت. واتا چیدی نایانه ویت ساتیکی خوش پیکه وه به سه ربه رن. لایان سه یر و نامو ده بیت جاریکی دیکه له ده ره وه ژوان پیکه وه به ستن. به تاوانی ده زانن دایه نیک بو منداله کانیان دابین و ماوه یه ک له گهل هاوسه ره کانیا ندا به ته نها به سه ربه رن. بوو ژاندنه وه و زیندوو کردنه وه ی په یوه ندی نیوان ژن و میرد، شتیکی گرنگ و بایه خداره له پته وکردنی پیکهاته ی خیزاندا. ئه گه ره په یوه ندی نیوانتان به هیز نه بوو، پیکهاته و بناغی خیزان به هیز و پته و نابیت، ته نانه ت ئه گه ره هموو دونیا بو منداله کانتان موسه خه ر بکه ن.

### سینهم/ سه رنجدان له وینه و ده رکه وته کانی خومان و خه لکی:

زورجار له ژیانی بو ژانه ماندا سه رنجی زور ده خینه سه ره نه وه ی خه لکی چون بیرمان لی ده که نه وه، چ خانوو یه کیان هیه، چ جو ره ئوتومبیلنیک لیده خوړن... هتد. ئه م شته لاوه کیانه ده بنه خالی



بڼه رت و بنچينه يې ژيانمان. زور له خه مې دونياى منډاله كانماندا  
ده بين وهكو نه وهى بو چ قوتاخانه و كوليزيكيان بنيرين، ناستى  
خويندنيان، نمره و پروانامه كانيان. راسته نه م شتانه گرنګن بو  
ژيانيان، وهلى زور زياده روهى تيدا دهكهن، به چه شنيك بونيادنانى  
كه سايه تيبه كى چاك و سهليم و ناييندار، بنياتنانى ناسنامه ي  
ئيسلاميان فهراموش دهكهن. تهركيزى تهواومان له سر نه وديه  
منډاله كانمان بنيرينه كوليزيكي پزيشكى.

گرفتكي ديكه بريتيبه له زور توندى و وشكى وهكو درخه رى  
ريژه ي ناييندارى. زورچار هه نديك كه س زور ناييندار دهن،  
پاشان توند و وشك دهن، چونكه واده زانن تاكو ناييندارتر بيت  
ده بيت توند و وشكر بيت. كى پزيشكى نه م توندى و وشكييه ي  
پى ده گات؟ بيگومان خيزانه كى. واتا ده بيت رهق و توند بم  
له گهل خيزانه كه مدا، چونكه ناييندارم. نه مه ماناي ناييندارى نيبه.  
په يامبه رى نازدارمان (ﷺ) ده فهرمويت: «خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ» واته:  
«باشترينتان نه وانن كه باشترينن بو خيزان و هاوسه ره كى». بو  
نه وهى بزانيت چهنده نايينداريت، سهرنجى رهفتار و هه لسوكه وتى  
خوت بده به رامبه ر هاوسه ره كه ت و خيزانه كه ت. په يامبه رى  
خوشه ويست (ﷺ) نه يفه رمووه باشترينتان نه وانن كه باشترينه  
به رامبه ر خه لكى مزكه وت. كارينكى ناسان و سانايه رووخسار و  
كه سايه تيبه كى ديكه له نيو خه لكيدا پپوشيت و به ريز و به ره وشت  
بيت له دووكانى ميوه فروشيدا، به لام قورس و گرانه نه وه له گهل  
خيزانه كه تدا بكه يت، چونكه كه سى ديكه نه مه نابيينيت و له نيو خه لكيدا  
نيبه. هه روه ها ناسان و ساده يه فرمان به خيزانه كه ت بكه يت، بويه  
په يامبه رمان (ﷺ) ده فهرمويت بنچينه ي راسته قينه بريتيبه له وهى

له پنهانېدا بهرامبهر خيزانه كېت چوښت و باشتريڼتان نه وانه ن باشتريڼه بهرامبهر خيزان و هاوسه ره كې، نهك باشتريڼه له نيو خه لكېدا. زورجار هم هه له يه مان هيه بهرامبهر كه ساني دهره وه و خه لكې زور باشين و بهرامبهر خيزانه كانمان و هاوسه ره كانمان خراپين. بو نمونه، هموو پق و تورپه يي كار و بهرپوه بهره كه مان له ناخماندا ده خوښه وه و كاتيك ده كه پرينه وه به خيزانه كانماني هه له درژين.

### چوارهم/ نه بوونې توانايه كې باش له چاره سر كړدن و بهرپوه بردنې كېشه و گرځته خيزانيه كان:

تيښنيم كړدوه خه لكې له كاتي گرفت و كېشه دا چاوه پړې دهكات كېشه كه زور قوولېته وه و ته شه نه بكات و ماوه يه كي زوري به سر دا تيښه پړت. پاشان داواي پراويز و يارمه تي دهكات بو چاره سر كړدنې. كاتيك گرفتكي خيزاني ياخود هاوسه ريمان ده بيت، چاوه پړې دهكه ين تاكو په يوه ندييه خيزانيه كه بمرېت، پاشان هه ولي زيندوو كړدنه وه ي دده ين. هممهش گرفتكي گه وره يه. وا دابني پزېشكيك هيه و نه خوشيكي له بهر ده ستدايه، به لام هم پزېشكه چاوه پړې دهكات تاكو نه خوشه كه دهرېت، پاشان ده ست به چاره سر كړدنې دهكات و هه ول ددات زيندووي بكاته وه. ئيمه يش زورجار بهم چه شنه رډفتار له گه ل هاوسه ر و خيزانه كانماندا دهكه ين. ده لين هېچ نيه، هموو شتيك باشه. خه نده يه ك دهكه ين و هه ولي چاره سر كړدنې كېشه كه ناده ين، داواي يارمه تي و پراويز ناكه ين تاكو كات زور درهنگ ده بيت. به داخه وه كاتيك دينه وه هوش و داواي يارمه تي و پراويز دهكه ين، كات زور درهنگ ده بيت و هېچ كاريگه رييه كي ئه ريڼي

نابىت. لە سەرەتاي سەرھەلدانى كىشەكەدا ھەولى چارەسەرکردنى نەدەين. ھەركات گىفتىكى خىزانى سەرى ھەلدا، پىويستە بە زووترين كات داواي يارمەتى بكەين و ھەولى چارەسەرکردنى بەدەين. نابىت بەلەين كىشەكە ھىندە گەورە بىتتەو ھەكە پەيوەندىكەمان لەناوببات. يەككى دىكە لە گىفتەكان كە زۆر دووبارە دەبىتتەو ھەرىتتە لەو ھەي بۆ ماو ھەي كى زۆر لە دۆخىكى خراپدا دەمىننەو ھە. ئافىرىتىك پەيوەندى پىو ھەكردم و وتى: «داواي تىپەرىنى چەند مانگىك بەسەر ھاوسەرگىرىيەكەماندا، بۆم دەرگەوت مىردەكەم خراپ و زۆردارە.» ئەي ئەم ئافىرىتە چى كىر؟ زۆربەي كات كەسەكان دادەنىشن و دەمىننەو ھە، ھىچ كارىك ناكەن بۆ چارەسەرکردنى كىشەكە. پاشان لە كۆتايىدا دووگىيان دەبن. دواتر لەپىناو مىندالەكانىندا دەمىننەو ھە. داواي بىست سالى دىكە، لەو دۆخە خراپە رىزگارىيان بوو ھە داواي ئەو ھەي ئەم مىردەي نەك تەنھا ئازارى ژنەكەي داو ھە، بەلكو ئازارى ھەموو مىندالەكانى داو ھە. ئىستا مىندالەكانى دەيانەويت خويان بكوژن و نائومىد بوون. واتا لەسەرەتاو ھە بۆ ماو ھەي كى زۆر دادەنىشن و ھىچ ھەنگاوىك بۆ چارەسەرکردنى نەين، كاتىك دەرەنگ دەبىت ھەولى چارەسەرکردنى دەدەن. ئەو ھەشتىكى خراپە. خوشكىكى دىكە نامەي بۆ ناردم و نووسىبووي مىردەكەم خراپە و ئەم كارە و ئەو كارەي كىردو ھە. وەلامم داو ھەو ھە و وتم ھىشتا زو ھە و مىندالتان نىيە، كارىكى زۆر باش دەكەيت ئەگەر زو ھەم دۆخە بىتتە دەرەو ھە، بەلام بە گوينى نەكردم. داواي چەند مانگىك، نامەيەكى دىكەي ناردەو ھە، نووسرابوو ئىستا دووگىيانم، ئايا دەتوانم مىندالەكەم لەباربەرم؟ بە گىشتى سىست و تەمەلەين و ئەمەش خراپە. پىويستە بە زووترين كات ھەنگاو بنەين و لە كاتى پىويستدا كارىك بكەين.

**پینجه‌م/ ئه‌گەر مندالینکی چاکه‌کار و صالحت همیه،  
سوپاسگوزاری په‌روه‌ردگار به و ناشکور مه‌به:**

چاکه‌کاری منداله‌که‌ت به‌فه‌زل و ئازایی خۆت مه‌زانه. مانای ئه‌وه نییه که له په‌یامبه‌ر نوح(ﷺ) باشتريت. کوره‌که‌ی په‌یامبه‌ر نوح(ﷺ) باوه‌ر و ئیمانی نه‌هینا و له‌ریزی بیتاوه‌راندای بوو. مانای ئه‌وه نییه په‌یامبه‌ر نوح(ﷺ) باوکیکی خراپ و ناشاره‌زا بووه. په‌روه‌ردگار به‌شیوازی جیاجیا تاقیمان ده‌کاته‌وه. خه‌لات و به‌خششه‌کانی به‌چه‌شنیک ده‌به‌خشیت که‌خوی به‌گونجاو و شیاوی بزانییت. ئایا رۆل و ئه‌رکی ئیمه‌ی دایکان و باوکان لیره‌دا چیه‌ئه‌گەر هیچ شتیکی له‌ده‌سه‌لاتماندا نه‌بییت؟

وه‌لامی ئه‌م پرسیاره به‌شیکی له‌په‌رسته‌شه‌که‌ت. ئیمه‌ی دایک و باوک به‌رپرسیارین له‌فی‌رکردنی منداله‌کانمان و نموونه‌یه‌کی باش بین بۆیان و هه‌موو هه‌ولیکی خۆمان بده‌ین له‌په‌روه‌رده‌کردنیاندا. هه‌رچه‌نده ئه‌نجامی هه‌وله‌کانمان له‌ده‌ستی خۆماندا نییه و له‌ده‌سه‌لاتی په‌روه‌ردگاردایه. هیدایه‌ت له‌ده‌سه‌لاتی من و تۆدا نییه، به‌لکو هه‌ر په‌روه‌ردگار هیدایه‌ت ده‌دات. هه‌روه‌کو په‌روه‌ردگار له‌سوره‌تی (القصص) دا به‌په‌یامبه‌رمان ده‌فه‌رمو‌یت ﴿إِنَّكَ لَا تَهْدِي مَنْ أَحْبَبْتَ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ﴾ (القصص: ۵۶)

واته: «تۆ ناتوانیت هیدایه‌تی ئه‌و که‌سه بده‌یت که‌خۆشته‌وه‌یت، به‌لام په‌روه‌ردگار هیدایه‌تی ئه‌و که‌سه ده‌دات که‌ویستی له‌سه‌رییت». ئه‌مه شتیکی گرنگه که له‌خیزانه‌کانماندا له‌بیرمان بییت. ئه‌گەر هاوسه‌رگیرییه‌که‌ت سه‌رکه‌وتوو بووه، په‌روه‌ردگار به‌رده‌وامی بداتی و به‌ره‌که‌تی تی بکات. ئه‌گەر مندالی سه‌رکه‌وتوو و چاکه‌کارت

گولچنی نهوین

ههیه، پهروهردگار پهحمتان پی بکات. هه‌میشه سوپاسگوزاری بو  
پهروهردگار دهربره و نه‌که‌وخته هه‌له‌که‌ی قارونه‌وه که بانگه‌شی  
ئه‌وه‌ی ده‌کرد به ئازایه‌تی و لی‌هاتوویی خوی ئه‌و سه‌روه‌ت و  
سامان و ده‌سه‌لاته‌ی بنیات ناوه. مانای ئه‌وه نییه ئه‌گه‌ر که‌سینک  
هاوسه‌رگیریه‌که‌ی سه‌رکه‌وتوو نه‌بوو، ئه‌و که‌سه وه‌کو من زیره‌ک  
و لی‌هاتوو نه‌بووه. پی‌ویسته واز له‌م بریاردان و به‌که‌م ته‌ماشاکردنی  
خه‌لکه‌ بیتین.



تەنیا حاجى

Tanya Haji | تەنیا حاجى

public channel



## Description

بِسْمِ اللَّهِ  
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

♥ چەنالىك تايبەت بە كتيب و بابەتى جياواز ♥

ئەم كتيبە لەلايەن خاتوون "يوسرا عمر"

كراوہ بە ديارى بۇ خوینەران

چەنال

<https://t.me/tanyahaji7>

بۇ راوبۇچون و پسار بۇ كتيب مەينيرە↓

@tanyahaji22

[t.me/tanyahaji7](https://t.me/tanyahaji7)





نەگەر تووشى دۇخىڭ، ياخود بېرىرىڭكى سەخت ھاتىت، ناگادار  
بە ھەول نەدەيت تەنھا بە چاۋى سەر شتەكە بېيىت. جوولانەۋە بەپىنى  
نەۋەى لە جىھانى دەرەۋەدا دەيىنىت گەرەترىن فرىودەرە و دەيىتە ھۈى  
لەناوچوون و لارپىيى.

چاۋى سەرت دابخە و، داۋا لە پەرورەرن بىكە دلت بجوولنىت و  
ھۇشيارى بىكاتەۋە. تەنھا بە چاۋى دل دەتوانىت ھەقىقەت و راستىيەكان  
بېيىت. تەنھا بە چاۋى دل دەتوانىت لەنىو نەۋ خەيالانەۋە بېيىت  
بەھۈى نازار، خۇشى، ياخود ترسەۋە بۆت دروست بوون.

تەنھا بە چاۋى دل دەتوانىت لەنىو دروستكراۋەكان و دۇخە  
خولقېندراۋەكانەۋە بېيىت. تەنھا بە چاۋى دل پەرورەرن بەدى دەكەيت لە  
ھەموو شتىكدا. بزانە و ھۇشياربە تەنھا چاۋى خاۋرن و پاك دەتوانىت  
ھەموو شتىك بېيىت.



07501269689  
07511406868

hakem1423@yahoo.com  
renwen2009@yahoo.com

سەلىمى - دۇررى ئىلھامىت - ھەمىس بەگىم  
بەرمەيەر كەسەۋىل - بىكەن زامە (۲۶)



۶۰۰۰ دىنار

ISBN 978-9922-626-92-5



9 789922 626925